JONES AND BARTELETT PUBLISHERS



الدار العربية للعلوم
Arab Scientific Publishers

100 سؤال وجواب حول الجراحة التجميلية

ما الفرق بين الجراحة التجميلية، الفنية والجمالية؟

لماذا يجب أن أفكر بالجراحة التجميلية؟

كيف أختار طبيباً ليجري لي الجراحة التجميلية؟

كم ستكلف الجراحة التجميلية؟

ما هي مخاطر الجراحة التجميلية؟



تأليف:
الدكتورة ديان جيربر
وماري سزنكو كويشيل

مئـة سـؤال وجـواب
حـول
الجـراحـة التجميلـيـة

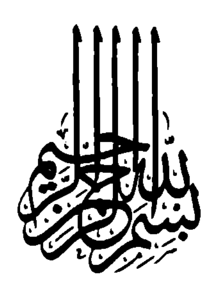
تأليف

ديان جيربر
ماري سزنكو كويتشل

ترجمة

مركز التعريب والبرمجة





ISBN 9953-29-412-7

الطبعة الأولى

1427 هـ - 2006 م





الدار العربية للعلوم
Arab Scientific Publishers
عين التينة، شارع المفتي توفيق خالد، بناية الريم
هاتف: 860138 - 785108 - 785107 (961-1)
ص.ب: 5574-13 شوران - بيروت 2050-1102 - لبنان
فاكس: 786230 (961-1) - البريد الإلكتروني: asp@asp.com.lb
الموقع على شبكة الإنترنت: http://www.asp.com.lb

الترجمة: مركز التعريب والبرمجة، بيروت - هاتف 811373 (9611)

التنضيد وفرز الألوان: أبجد غرافيكس، بيروت - هاتف 785107 (9611)

الطباعة: مطابع الدار العربية للعلوم، بيروت - هاتف 786233 (9611)

المحتويات

تمهيد

إن الاهتمام بالجراحة التقويمية التجميلية هو اهتمام بالغ في جميع الأوقـــات. هناك على التلفاز وفي الراديو وفي المجلات وعلى شبكة الإنترنت تظهر بـــرامج وقصص ومعلومات حول الجراحة التقويميـــة التجميليـــة. إن الكثيـــر مـــن هـــذه المعلومات مفيد، لكن بعضها للأسف غير مفيد. تشير الدراســـات المســـتقلة التـــي أجريت على اهتمامات المرضى إلى أن عدداً كبيراً من الأشخاص يفكرون بإجراء جراحات تقويمية تجميلية. وبسبب هذا المستوى المرتفع مـــن الاهتمـــام، وكميـــة المعلومات المربكة أحياناً، فإن الحاجة إلى وجود مرضـــى يعـــون جيـــداً ماهيـــة الجراحات التقويمية التجميلية لم تكن أبداً أكثر. لحسن الحظ، قامت الدكتورة ديـــان غيربير والسيدة ماري شينكو كويشيل بكتابة *100 سؤال وجواب حـــول الجراحـــة التجميلية*.

لقد تمت كتابة هذا الكتاب المهم بالاشتراك مع مستشارة جراحة تجميليـــة وصحافية، إنسانة لها خبرة سنوات عديدة في العمل مـــع جرّاحـــي التجميـــل، وجرّاحة تجميل ناشطة تمارس الجراحة التجميلية وتُجري الجراحات التجميلية منذ سنوات عديدة في سوق تنافسي جدّاً. لقد قامت السيدة ماري شينكو كويشيل والدكتورة ديان غيربير بدمج مواهبهما ومهاراتهما لتزويد كتاب سهل القـــراءة برِفْعَة وتفوُق لأي مريض مهتم بالجراحة التقويمية. يبين الكتاب "100 ســـؤال وجواب" للمرضى المتوقعين والحاليين الأسئلة الأكثر رواجاً. تقـــدم الكاتبتـــان الأجوبة مع المراجع المناسبة لتثبيت شرعية المعلومات. وهذا ما يُفتقـــر إليـــه غالباً في مصادر شبكة الإنترنت. لقد تم تنسيق الأسئلة باستعلامات ذات كلمات واضحة مستخرجة بوضوح من الإجابات التي ردت بها عبر سنوات من خبرة الدكتورة غيربير. إن الإجابات هي من سنوات خبرتها ولقد نسقتها كتابة الآنسة كويشيل كمستشارة وصحافية. إن هذا الفريق القوي قد أخرج نصاً سوف يفيـــد كل فئات المرضى المهتمين بالجراحة التقويمية التجميلية. أما الإفادة الجانبيـــة

فسوف تكون للجراح التجميلي المنفذ، إذ سوف يتعرّف مرضـــاه الجـــدد علـــى الجراحة التجميلية وسيتحضرون لاتخاذ القرارات التي ستكون لمـــدى العمـــر. سوف يستفيد الجميع من قراءة وفهم "100 سؤال وجواب" الذي نقدمه في هـــذه الطبعة الجديدة، بالإضافة إلى مجلدات المساعدة - الذاتية المتـــوفرة لمرضـــى الجراحة التجميلية المستقبليين.

الدكتور جايمس هـــ. ويلس
رئيس الجمعية الأميركية لجراحي التجميل
2003 - 2002

مقدمة

أسئلة كثيرة وأجوبة مباشرة

عندما نسمع أو نقرأ أو نتحدث عن الجراحة التجميلية، يكون التركيــز غالبــاً على نصف القصة فقط. قدمت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل في العام 2003 تقريراً عن حوالى 8,8 ملايين جراحة تجميل أو تحسين مظهر أجراهــا جراحــو التجميل المعتمدون – من قبل المجلس في الولايات المتحدة. وفــي العــام 2003 أيضاً قدمت ASPS تقريراً عن ما يزيد على 6,2 ملايين عملية إعادة ترميم أجرتها المجموعة نفسها من الأطباء لدواعٍ طبية، لكن هدفها مــا زال مظهــر الإنســان، وشكله ووظيفته.

يركز المستهلكون وأوساط الإعلام على نصف الجراحة التجميليــة التــي تشمل عمليات تحسين المظهر فقط، مثل عكس علامات الشيخوخة أو تحسين ما نحصل عليه بسبب الوراثة وأنماط المعيشة وبيئتنا. لكن ما ننساه غالباً هــو أن جهتي الجراحة التجميلية مهمتان جداً للطب الحديث وتعتبر تجــارب مُرضــية للمرضى الذين يتجاوز عددهم أكثر من 14 مليوناً والذين يخضعون لجراحــات تجميلية كل سنة – مرضى تتراوح أعمارهم من الأطفال حديثي الــولادة إلــى مدى العمر.

إن هذا الكتاب ليس فقط عن 8,8 ملايين مريض الذين يخضعون لجراحــات تجميلية كل سنة. إنه يحتوي على ما تحتاج إلى معرفته عن الجراحــة التجميليــة لتحسين مظهرك، والأكثر أهمية، كيفية تحديد جراحي التجميل الموثوق بهم. وهــو يرد أيضاً على تساؤلاتك حول اهتمامك ورغباتك وتوقعاتك ومسؤولياتك كمريضة تطلبين الجراحة التجميلية.

خلال قراءتك لهذا الكتاب، لا تفكري بالجراحة التجميلية على أنهــا الوســيلة لتحسين المظهر الشخصي للناس. اعلمي أيضاً أن الجراحة التجميلية تعيد تشــغيل

الوظائف بشكل عجائبي – كلياً أو جزئياً – في حالات مثل التالية:

- طفل مولود مع عاهة خلقية.
- ضحية رَضْح مشوه بشكل رهيب.
- ضحية حروق لحمه قد ذاب كلياً.
- مريض بالسرطان ولإنقاذ حياته أو حياتها عليه استئصال أقسام من جسمه أو جسمها.
- العامل الذي تعطلت حركة أصابعه بسبب الحركات المتكررة الناتجة عن تناذُر النفَق الرُسْغي.

كل هذه الحالات وأكثر منها، إلى جانب العمليات التي تجعلنا نبدو أصغر سناً وأكثر جاذبية، هي ما تُعرف بالجراحة التجميلية. لكن الجراحة التجميلية، بما فيها العمليات غير الجراحية ليس لها أية قيمة بدون الطبيب المهتم والرؤوف والماهر الذي يجري هذه العمليات. إن معظم جراحي التجميل هؤلاء لا يجرون الجراحة التجميلية فقط لكسب المال مقابل قلق الآخرين. بل على الأصح هم أطباء وجراحون يجرون عمليات الجراحات التجميلية لإرضاء الأشخاص الذين يعالجونهم ويمارسون عملهم بتفانٍ ومصداقية إن لناحية اختصاصاتهم وإن لناحية مرضاهم.

القسم الأول

الجراحة التجميلية: التعريف والرغبة

ما هي الجراحة التجميلية؟

لماذا يجب أن أفكر بالجراحة التجميلية؟

لماذا يجب أن لا أفكر بالجراحة التجميلية؟

ما هي التوقعات الواقعية؟

وأكثر...

إن الاهتمام بالجراحة التجميلية لا ينحصر فقط بالذين يخططون لإجراء جراحة تجميلية. تتوفّر اليوم الكثير من وسائل الإعلام والمعلومات الخاصة بالمستهلك التي تتحدث عن العلاجات الطبية – الجراحة التجميلية – التي تحسن المظهر وتعكس علامات الشيخوخة التي يكون من الصعب عدم القلق بشأنها. ما هي الجراحة التجميلية؟ ولماذا يخضع عدد كبير ومتزايد من الأشخاص "للجراحة التجميلية" كل سنة؟ إن الجواب على السؤالين ليس سهلاً. فالجراحة التجميلية أصبحت، في بعض الحالات، مصطلحاً عاماً لمجال متخصص جداً في الطب. وسبب تزايد عدد الأشخاص الذين يخضعون لعمليات التجميل الجراحية هو نتيجة رغبة المريض الحقيقية وليس الحشرية، وهذا ما نأمل به.

إن المعلومات التي تحتاج إليها لتحديد ما إذا كان عليك التفكير بإجراء جراحة تجميلية أم لا تبدأ في هذا الكتاب. قد يفاجئ هذا الكتاب، الأشخاص الحشريين فقط، لكن، ولحسن الحظ، قد ينير جميع المستهلكين حول العلاجات الطبية التي تحسن المظهر الشخصي.

1. ما هي الجراحة التجميلية؟

إن الجراحة التجميلية ليس لها أية علاقة بالبلاستيك أو منتجات البلاستيك ولا تعني بأية طريقة بأن هنالك شيئاً مزيفاً. الجراحة التجميلية مصدرها من الكلمة اليونانية platicos والتي تعني خلق الموضة أو الشكل.

إن الجراحة التجميلية هي اختصاص الطب الحديث وتشمل العمليات التقويمية والتجميلية لكامل الوجه وكامل الجسم: الجلد، الدهن، العضل، الغضروف والعظم. لقد نشأت في القرن السادس عشر من قبل الطبيب غاسبار تاغلياغوتزي، كافح هذا الاختصاصي الطبي "ليسترجع ويعيد الموضة ويصحح المزايا التي منحتنا إياها الطبيعة لكن خربتها الفرص... ليس كحيلة وضيعة بل كمسكن للألم". وفي القرن العشرين بدأت الجراحة التجميلية بالتطور بعد تأسيس المجلس الأميركي للجراحة التجميلية في عام 1937. وفي أواخر القرن العشرين تطورت الجراحة التجميلية لا لتصبح اختصاصاً طبياً فقط بل أيضاً أنواعاً معينة من العمليات والعلاجات الطبية بما فيها عمليات إعادة البناء والعمليات التجميلية والعلاجات الجراحية وغير الجراحية.

الجراحة التجميلية لإعادة البناء

تنفذ عمليات إعادة البناء لمعالجة المرض، السقم، الصدمات وتشوهات الولادة. وتجرى هذه العمليات لإعادة الجسم البشري إلى حالته "الطبيعية" بالشكل والوظيفة. وتتضمن الجراحة التجميلية لإعادة البناء أشياء مثل:

- إزالة الأورام.
- إعادة ترميم الثدي بعد الاستئصال.
- تصغير الأثداء الكبيرة والمؤلمة.
- إعادة ترميم الوجه أو الجسم بعد السرطان.
- جراحة الشفة المشقوقة وسقف الحنك.
- إعادة بناء وترميم التشوهات الأخرى والعيوب الخلقية من الولادة بما فيها فصل التوائم المتصلين.
- أعراض القناة الرسغية، التهاب المفاصل والأمراض الأخرى والاضطرابات في اليدين.
- أذية الجلد والأنسجة الناعمة والعظام للحصول على نتيجة مرضية جمالياً وللحد من الندوب.
- بعض أشكال تصحيح الندوب.
- إعادة لصق أصابع الأيدي المقطوعة وأصابع الأرجل والأطراف المقطوعة.
- معالجة الحروق بما فيها إعادة ترميم الحروق المشوهة للشكل على نحو خطير.

الجراحة التجميلية الفنية

تشمل الجراحة التجميلية الفنية العمليات المختارة والمدروسة بتمعن من قبل الأشخاص لتحسين المظهر. تنفذ العمليات الجراحية لتحسين المزايا الوراثية أو لتغيير الأوضاع الناتجة عن البيئة أو الشيخوخة، كما أنها تشمل التقنيات الجراحية وغير الجراحية (تدعى أيضاً غير التوسعية).

الجراحة التجميلية اليوم

كان للجراحات التقويمية والفنية حتى العام 2003 حصة مماثلة في عمليات الجراحة التجميلية عامة. أما في العام 2003 وحده فقد قدمت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ASPS تقريراً عن أكثر من 6,2 ملايين عملية تقويمية أجراها جراحو التجميل المعتمدون من المجلس(*). وفي العام 2003، وللمرة الأولى، تجاوز عدد العمليات الفنية عدد العمليات التقويمية بكثير ووصل إلى 8,8 ملايين عملية فنية كما جاء في تقرير ASPS عن العام 2003.

ومع الزيادة على طلب الجراحة التجميلية من قبل المستهلك، فقد أصبحت هذه الجراحة عنواناً عاماً لعمليات وعلاجات تحسين المظهر. ولتحقيق هذا الطلب المتزايد، ازداد عدد مقدمي هذه المعالجات. بعض المقدمين هم أطباء غير معتمدين من قبل المجلس لإجراء الجراحة التجميلية وقد لا يكونون في بعض الحالات حتى أطباء.

2. ما الفرق بين الجراحة التجميلية، الفنية والجمالية؟

تشمل الجراحة التجميلية العمليات التقويمية والفنية (الجمالية). تصف الكلمتان *الفنية والجمالية* العمليات الطبية المنفذة لتحقيق رغبتك بتحسن المظهر الشخصي.

إلاّ أنه يتم استعمال كلمات "التجميلية، والفنية، والجمالية" بشكل متبادل لوصف عمليات محددة، وكذلك لوصف منفذي هذه العمليات. يستطيع فنياً أي طبيب أو طبيبة أن يطلق على نفسه اسم "جراح تجميل" أو "جراح فني" إذا رغب هو أو هي بذلك. إن التمييز الحقيقي يكون في التمرين وشهادة المجلس وليس اللقب الذي يمنحه الشخص الذي يجري العملية لنفسه. إن المجلس الأميركي للاختصاصات الطبية يعترف بمجلس جراحة تجميل واحد وهو المجلس الأميركي لجراحي التجميل.

(*) لقد استعملت كلمة معتمد من قبل المجلس في هذه الكتاب لتحديد منفذي عمليات جراحة التجميل المناسبين. تشمل هذه المجموعة الأطباء المخولين من قبل المجلس في اختصاص محدد. وهي تضم مجموعة الأطباء المخولين الذين أنهوا إقامتهم في المجلس الأميركي للاختصاصات الطبية ولكن لم ينهوا امتحاناتهم بعد. على الطبيب في العديد من الاختصاصات أن يمارس المهنة لعدة سنوات قبل أن يسمح له أو لها بالخضوع للامتحان.

لذلك، فإن المصطلح المستعمل لتسمية عملية معينة ما إذا كانت تجميلية أو فنية أو جمالية ليس في الحقيقة بأهمية مؤهلات وتمرين الأطباء الذين يستعملون هذه المصطلحات. إن فهم ما الذي يحدد مصداقية منفذ الجراحة التجميلية هو أمر مهم وحيوي لتنويرك وسلامتك وإرضائك بالجراحة التجميلية. لذلك فإنه من المهم جداً أن يكون الفصل 2 مكرّساً لـ:

- تحديد من هم مقدمو الجراحة التجميلية المناسبون.
- كيف نتعرف على هؤلاء الأطباء؟
- أين يمكن أن نتحقق من أن طبيباً ما هو مقدم شرعي لأنواع معينة من عمليات الجراحة التجميلية؟

اقرأ الفصل 2 جيداً فالمعلومات الواردة فيه مهمة جداً لتحديد الأطباء المناسبين والمدربين لتنفيذ الجراحة التجميلية ومن هم غير المناسبين منهم.

3. من يخضع للجراحة التجميلية؟

إن الأشخاص الذين يعيشون في هوليوود وأعضاء مجتمع الأثرياء لا يشكلون عالم مرضى الجراحة التجميلية فقط. ويمكن للرجال والنساء والأطفال في أي عمر أن يكونوا مرضى جراحة تجميلية. وحسب الجمعية الأميركية لجراحي التجميل فإن الثمانية ملايين وثمانماية ألف شخص (8,8 ملايين) الذين خضعوا لعمليات تجميل جراحية في العام 2003 على يد جراحي تجميل معتمدين من قبل المجلس تضمنوا:

- 83% مرضى من العرق الأبيض، 6% مرضى من أصل أميركي لاتيني، 5% مرضى من أصل أفريقي – أميركي، و3% مرضى من أصل آسيوي – أميركي.
- 45% راشدين بعمر يتراوح من 35 – 50.
- 1,35 مليون رجل.
- 45% أجريت لهم جراحة تجميلية سابقة.
- 32% أجريت لهم أكثر من عملية في الجلسة الواحدة.

لقد كانت عمليات إعادة تشكيل الأنف وشفط الدهون وتكبير الثدي وجراحة جفن العين من أكثر العمليات الجراحية رواجاً. أما تقليل التجاعيد بالإبر (أو العلاج التجميلي البوتوكس)، التقشير الكيميائي أو الاستئصال الميكروي للجلد فقد كانت أكثر العمليات غير الجراحية رواجاً.

ومن ضمن عمليات إعادة التقويم التي أجريت على 6,2 ملايين شخص من قبل جراحي التجميل المعتمدين من قبل المجلس في العام 2002 كان هنالك:

- 4,46 ملايين مريض إزالة أورام.
- تقريباً 200000 مرضى جراحة اليد.
- أكثر من 100000 مرضى إناث لتصغير الثدي، أي زيادة بأكثر من 150% منذ العام 1992.
- أكثر من 68000 مرضى إناث لإعادة ترميم الثدي.
- حوالي 44000 حالة تصليح الأذى الناتج عن عضات الحيوانات.
- حوالي 43000 حالة تصحيح تشوهات ولادة.

أقرت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل بأن 45% من مرضى الجراحة التجميلية في العام 2003 الذين تمت ملاحظتهم من قبل أعضائها كانوا مرضى مكررين، لكن ليس بالضرورة العملية نفسها.

4. لماذا يجب أن أفكر بالجراحة التجميلية؟

إذا كان لديك حاجة جسدية لاستعادة مظهر ووظيفة طبيعيين، إذن أنت بحاجة إلى الجراحة التجميلية التقويمية. وإذا أردت تحسين ما يعتبر بطريقة أخرى من المظاهر الإنسانية الطبيعية، إذن عليك التفكير بالجراحة التجميلية الفنية. إن هذا يشمل العمليات التي تحسن وتقلب علامات الشيخوخة (جراحة تجديد الشباب) وتلك التي تحسن المظهر.

لا يستطيع أو لا يتوجب على أحد أن يقنعك بأسباب خضوعك للجراحة التجميلية لأسباب فنية. عليك تحديد رغباتك بوضوح لتحسين علامات الشيخوخة أو لتجميل شكل الوجه أو مظهر الجسم. قد يدعمك الآخرون بقرارك لكن قرارك في الخضوع لجراحة تجميلية يجب أن يكون قرارك بمفردك.

5. لماذا يجب أن لا أفكر بالجراحة التجميلية الفنية؟

أن تسألي نفسك لماذا يجب أن لا أخضع لجراحة تجميلية هو أمر أساسي كما لو أنك تسألين نفسك لماذا يجب أن أخضع لجراحة تجميلية؟

أولاً، يجب أن لا تخضعي لجراحة تجميلية فنية لتحسين أو لتجميل المظهر إذا كان لديك مشاكل صحية. عليك الاهتمام بصحتك أولاً.

يجب أن لا تفكري بالجراحة التجميلية إذا لم يكن لديك الرغبة الشخصية لتحسين مظهرك بطريقة ما. في حين أن دعم زوجك، العائلة، الأصدقاء والطبيب هو أمر مرغوب جداً لكن لا يجب على أحد أن يجبرك على إجراء أي عمليات جراحية.

يجب أن لا تفكري بالجراحة التجميلية أيضاً إذا كانت حياتك تمر في مرحلة انتقالية تجعلك حساسة أو كنت تبحثين عن تغيير شخصي جذري. إن الجراحة التجميلية لن تغير حياتك بأكملها واللواتي يتوقعن ذلك فسوف يخيب أملهن. هذا لا يعني أن الجراحة التجميلية ليست مُرضية. إن نتائج الجراحة التجميلية قد تمنحك ثقة جديدة بالنفس ستمكنك من اتخاذ اتجاهات مختلفة في حياتك. إن دوافعك الشخصية وطموحك ورغبتك هي التي سوف تحقق ذلك.

أنت وحدك تستطيعين أن تقرري بشأن مستوى الراحة في الجراحة التجميلية. وحتى إذا لم يستثنك جراحك من إجراء الجراحة التجميلية لأسباب طبية فعليك عدم الخضوع للجراحة التجميلية إذا لم تكوني مستعدة لقبول إمكانية وجود خطر ومضاعفات كامنة حتى مع وجود رعاية طبية فائقة البراعة.

عليك أن لا تخضعي للجراحة التجميلية إلا إذا كان لديك أهدافاً واقعية للنتائج وتوقعات واقعية للعملية. عليك أيضاً أن تكوني مستعدة لتقبّل كل مسؤوليات المريضة المحددة في هذا الكتاب وبالأخص تلك التي يحددها جرّاحك لزيادة فرص سلامتك وتحقيق النتائج المرجوة.

6. ما هي الأهداف الواقعية؟

إن الأهداف الواقعية تعني أن تتفهمي كلياً ما تستطيع أن تحققه الجراحة التجميلية لك وما لا تستطيعه. قبل التفكير بالجراحة التجميلية وقبل اتخاذ القرار

بإجراء الجراحة التجميلية اسألي نفسك الأسئلة التالية:

- لماذا أريد أن أخضع لجراحة تجميلية؟
- ما الذي أريد تحقيقه بالتحديد من خلال الجراحة التجميلية؟
- هل يرى الآخرون ما أراه وما آمل تحسينه من خلال الجراحة التجميلية؟
- ما الخطر على صحتي وحياتي من جراء العلاج اللازم للوصول إلى ما أريد تحقيقه، وهل أنا مستعدة لقبول هذا الخطر؟
- أي توقع أمتلكه للنتيجة الطبيعية للجراحة التجميلية؟
- ما هي توقعاتي فيما يختص بحياتي اليومية؟
- ما هي توقعاتي فيما يختص بحياتي بأكملها؟
- هل هذا القرار قراري بمفردي؟
- هل الأشخاص الذين يدعمونني في حياتي اليومية يدعمون أيضاً رغبتي بإجراء الجراحة التجميلية؟

إذا استطعت الإجابة على هذه الأسئلة بثقة، فباستطاعتك أنت وطبيبك سوياً تحديد ما إذا كانت أهدافك واقعية. إن الأهداف الواقعية هي التي توصف بأنها سليمة وممكنة التحقيق معاً. بالإضافة إلى ذلك فإن الأهداف الواقعية للجراحة التجميلية هي:

- ليست مفرطة الشدة.
- ليست أهداف أي شخص آخر غير المريض.
- لا تغير مجرى الحياة.
- أهداف الأفراد الذين يتمتعون بسلامة عاطفية والذين يريدون تحسين مظهرهم لأنفسهم.

7. ما هي التوقعات الواقعية؟

التوقعات الواقعية تتضمن: (1) تفهماً كلياً لطريقة الجراحة التجميلية و(2) تقبل هذه الطريقة على أنها ضرورة لتحقيق أهدافك الواقعية.

طريقة الجراحة التجميلية مثل أي معالجة طبية أو جراحة تشمل:

- التزامات المريض بما قبل العلاج أو قبل العملية.
- درجات مختلفة من عدم الراحة، والقلق، والألم.
- التزام بالوقت للعملية وللشفاء.
- التزامات المريض بما بعد العلاج أو بعد العملية.
- احتمال عدم تحقيق الأهداف ومن الممكن الوصول إلى نتائج غير مرغوب فيها.
- احتمال الخطر الجسدي.
- التزامات مالية.

إن الفرق بين الجراحة التجميلية الفنية والعلاجات الطبية الأخرى هو أنك تخضعين للعلاج بإرادتك. إن العلاج التجميلي الفني لا ينفذ لتحسين الصحة بل إنه يتضمن استثماراً شخصياً وعاطفياً وجسدياً. يجب أن لا تتوقعي أن تكوني راضية كلياً بعد الجراحة التجميلية، حتى ولو كانت النتيجة الفعلية الطبيعية هي ما توقعتيه، إلاّ إذا كنت مستعدة كلياً للطريقة العملية التي تتطلبها النتيجة.

8. من هو "المرشح الجيد"؟

يتوجب على الجراح التجميلي أن يناقشك بإمكانية تحديدك على أنك مرشحة جيدة لإجراء ما. إن المرشح الجيد ببساطة ليس الشخص غير الراضي بمظهره أو بمظهرها. إن المرشح الجيد هو الشخص التعيس بسبب عاهة حقيقية في مظهره وليس لعيب لا يراه أحد غيره.

إن هذا ليس بتعريف للعلة التكوينية الجسدية، وهو مصطلح تم استعماله لتمييز بعض مرضى الجراحة التجميلية. إن العلة التكوينية الجسدية (BDD) هي حالة نفسية خطرة جداً وهي قلق من جراء عاهة جسدية متخيلة أو اهتمام مبالغ به حول علة صغيرة. إن العلة التكوينية الجسدية BDD مماثلة للعلة المفرطة المكرهة. يعتبر الأطباء النفسيون أن العلة التكوينية الجسدية BDD تبدأ عادة في سن المراهقة. الأشخاص الذين لديهم هذا المرض ينهمّون وينهمكون جداً بالعاهة التي

يعتقدون أنها موجودة لديهم وينشغلون بها لأكثر من ساعة في اليوم الواحد. وفي الواقع، إن مريض الوهم هذا ليس بمرشح جيد للجراحة التجميلية. إن تشخيص مرض العلة التكوينية الجسدية يجب أن يقوم به طبيب نفسي متمرن ومناسب فقط وهو ليس علامة للاستعمال من قبل من هم ضد الجراحة التجميلية.

أجريت في العام 2001 دراسة حصرية من قبل الجمعية الأميركية لجراحة التجميل الفنية وأعلنت أن 2% من الأشخاص الذين يستشيرون أعضاء الجمعية لديهم عوارض مرض الوهم BDD. بالإضافة إلى ذلك أعلنت الدراسة نفسها بأن 84% من أعضاء ASAPS يرفضون إجراء الجراحة لأشخاص لديهم أعراض المرض BDD و50% من هؤلاء الذين يستجيبون قاموا بتحويل هؤلاء المرضى إلى أطباء نفسيين.

إن تعريف المرشح الجيد للجراحة التجميلية هو المريض:

- الذي سيحقق في الواقع تحسناً في الأماكن التي تمت معالجتها وبالتالي في مظهره أو مظهرها كله.
- الذي تكون نتائجه المتوقعة قابلة للتحقيق بشكل سليم.
- الذي يتمتع بحالة جسدية وعاطفية مناسبة كي يتمكن من الخضوع للعلاج.
- الذي يكون مدفوعاً بسبب رغبته أو رغبتها الشخصية.
- الذي يفهم ويتقبل كلياً الطريقة والخطر والتزامات المريض في الجراحة التجميلية.
- الذي يتمتع بثقة بالنفس ويكون قابلاً للحوار.

لماذا يجب أن يكون المرشح الجيد للجراحة التجميلية شخصاً يتمتع بثقة بالنفس وقابلاً للحوار؟ إذا خضعت إرادياً للجراحة ولم تكوني واثقة من نواياك، أو توقعاتك، أو مهارة جرّاحك، فقد تخيب آمالك بالعملية والنتائج. بالإضافة إلى ذلك، إذا لم تتواصلي كلياً مع جرّاحك فلن يتمكن أو تتمكن من تخمين توقعاتك أو عوامل الخطر. إن هذه الحالة أيضاً تحضّر لمسائل خيبة الأمل أو السلامة، ويتمتع المرشح الجيد للجراحة التجميلية بفرصة أعظم لعملية سلسة ونتيجة ناجحة.

القسم الثاني

منفذو الجراحة التجميلية

ما الذي يحدد الجراح التجميلي المؤهل؟

ما المعايير والعوامل الأخرى التي يجب أخذها بعين الاعتبار؟

كيف يمكن إيجاد جراح تجميل مؤهل؟

وأكثر...

لقد فهمت ماهية الجراحة التجميلية وكيف تنطبق بالتحديد على حالتك. إذا كانت رغبتك واقعية فإنك تحتاجين الآن إلى إيجاد جـراح مؤهـل تسـتطيعين استشارته. إذا لم تكوني متأكدة من إمكانية تحقيق أهدافك أو كيفيـة تحقيقهـا، فعلى الجراح المؤهل تثقيفك حتى تتمكني من اتخاذ القـرار المناسـب. علـى الجراح المؤهل أيضاً تحديـد مـا إذا كنـت مرشـحة جيـدة أم لا للجراحـة التجميلية بواسطة تقييم الأشياء الحقيقية التي سألتيها لنفسك، كما هو محدد فـي السؤال رقم 8.

9. من يجري الجراحة التجميلية؟

يمكن لأي طبيب إجراء الجراحة التجميلية بغض النظر عن اختصاصـه. لا يوجد هنالك متطلبات قانونية أو شرعية تمنع الطبيب من إجراء أنواع معينة مـن العمليات الطبية، بغض النظر عن التدريب أو المهارة. إن تشـريع الدولـة يمنـع المنفذين من السماح بإجراء عمليات طبية معينة.

كمريضة محتملة عليك معرفة ما إذا كان طبيـب معـين مـؤهلاً لتنفيـذ عمليات الجراحة التجميلية. الأسئلة التي يجب طرحها تتضمن: هل هذا الطبيب جراح معتمد من قبل المجلس أو هل لديه اختصاص متعلق بالعملية التي أفكـر بها؟ هل أجرى هذا الطبيب تمريناً طبياً مـا بعـد التخـرج؟ مـا المـؤهلات التي حصل عليها هذا الطبيب؟ هل يملك هذا الطبيب مؤهلات أو شهادات أو قام بتمارين لاختصاص فرعي؟ هل أجرى هذا الطبيـب المعـين العمليـة التـي أريدها أنا؟ وكم مرة؟ ما نتائج المرضى الذين عالجهم هذا الطبيب وأجرى لهم العملية التي أرغب بإجرائها؟ بعد الحصول على كل المعلومات أعلاه يمكنـك عندها أن تسألي نفسك ما إذا كان هذا الطبيب المعين هو مرشح جيـد لتنفيـذ عمليتك.

سوف تساعدك الأسئلة من 10 إلى 13 فـي البحـث عـن أفضـل جـراح ممكن للحصول علـى العنايـة الصـحيحة بـك. تـذكري التأكـد دائمـاً مـن المؤهلات.

10. ما الذي يحدد الجراح المؤهل؟

إن مقدمي جراحة التجميل المؤهلين هم الأطباء المعتمدون من المجلس والمعترف بمستوياتهم محلياً وعالمياً. إن المجلس الأميركي للاختصاصات الطبية في الولايات المتحدة الأميركية (*www.abms.org*) هو المؤسسة التي تضم 24 مجلس اختصاص طبي موافق عليه. "إن النية من وراء شهادة الأطباء (ABMS) هو توفير الثقة للناس بأن هؤلاء الأطباء المعتمدين من قبل أعضاء مجلس ABMS قد أتموا بنجاح برنامج تدريب موافق عليه وعملية تقييم حددت قدرتهم على تقديم عناية قيمة للمرضى حسب اختصاصهم". أما في كندا، فتمنح وتعترف شهادة المجلس من قبل الكلية الملكية للأطباء والجراحين في كندا (*www.rcpsc.medical.org*).

تكون شهادة المجلس في العديد من الحالات عملية كاملة ومعقدة جداً وقد تأخذ عدة سنوات بعد إنهاء دراسة الطب وتتضمن تدريباً رسمياً **كطبيب مقيم** في اختصاص جراحي واحد أو أكثر. يمكن اعتبار الجراحين المخولين من قبل المجلس جراحي تجميل مؤهلين في الاختصاصات الطبية المحددة أدناه الذين لم يتموا حتى الآن الامتحانات الخطية والشفهية. عندما تستشيرين جراحاً لم يحصل بعد على شهادة المجلس، اسألي هذا الجراح عن وقت توقعه الحصول على شهادة المجلس. يجب أيضاً أن تسألي عن الجراح الذي أنهى التدريب منذ سنوات عديدة وليس معتمداً من لمجلس حتى الآن.

لقد بدأت التحركات على مستوى الدولة لإنشاء قوانين تشريعية لدعايات الأطباء والثقافة الطبية. ولقد سنت ولاية كاليفورنيا في العام 2004 قانوناً يمنع الأطباء من الدعاية عن اختصاصاتهم والتقيد بالمصطلح "معتمد من قبل المجلس" بالنسبة للاختصاصات الموافق عليها من المجلس الأميركي للاختصاصات الطبية أو المجالس المماثلة. وفي الوقت نفسه، قدمت ولاية فلوريدا قانوناً يتطلب من الأطباء أن يقوموا بالكشف عن شهادة المجلس في الإعلانات ويطلب من الأطباء تحديد التدريب الطبي. إن هذا القانون لا يحول دون حاجة المستهلك البحث عن مؤهلات الجراح. لكنه يسلط الضوء على أهمية شهادة المجلس والاختصاص وهي نقطة البداية لاختيار الجراح المؤهل في أي اختصاص طبي.

الطبيب المقيم

هو طبيب مرخص أنهى دراسة الطب وهو يجري برنامج التدريب ما بعد التخرج في اختصاص معين.

جراحو التجميل المعتمدون من قبل المجلس

إن ABMS يعترف بمجلس واحد لجراحي التجميل فقط وهذا المجلس هو المجلس الأميركي لجراحة التجميل (*www.abplsurg.org*). إن الأطباء الذين يملكون شهادة ABPS هم الأطباء الوحيدون الذين يملكون الحق بالحصول على لقب "جراح تجميل". أما الأطباء الآخرون الذين يملكون شهادات اعتماد من قبل المجلس في اختصاصات أخرى فهم ليسوا مخولين لإجراء ***كل*** أنواع الجراحات التجميلية للوجه وكامل الجسم.

جراحو جراحة الوجه التجميلية وإعادة البناء المعتمدون من قبل المجلس

إن اختصاص otolaryngology – جراحة الرأس والعنق (الأذن – الأنف – الحنجرة) – هو اختصاص معترف به في ABMS. إن الأطباء الذين يملكون شهادة من المجلس الأميركي لجراحة الرأس والعنق أو الذين لديهم شهادة من ABPS يمكنهم التقدم بطلب للحصول على شهادة اختصاص من المجلس الأميركي لجراحة الوجه التجميلية وإعادة البناء لتأهيلهم لإجراء جراحة تجميلية للوجه والرأس والعنق. إن ABMS تعترف وتوافق على شهادة الاختصاص الفرعي لجراحة تجميل الرأس والعنق بالنسبة لجراحي التجميل المعترف بهم من قبل المجلس وجراحي الرأس والعنق المعترف بهم من قبل المجلس.

شهادات المجلس الأخرى

إن المجلس الأميركي للأمراض الجلدية والمجلس الأميركي لأمراض العين هم من بين أعضاء مجالس ABMS. لكن لا يوجد هنالك شهادة

الوصول إلى المعلومات
تقدم صفحات الوب التالية تعريفاً بشهادات المجلس والفرصة لك للتأكد من شهادة مجلس طبيبك المتعلقة باختصاصه.

المجلس الأميركي للاختصاصات الطبية
www/abms.org

الكلية الملكية للأطباء والجراحين في كندا
www.rcpsc.medicine.org

المجلس الأميركي للجراحة التجميلية
www.abplsurg.org

المجلس الأميركي لجراحة الرأس والعنق
www.aboto.org

المجلس الأميركي لجراحة الوجه التجميلية وإعادة البناء
www.abfprs.org

المجلس الأميركي للأمراض الجلدية
www.abderm.org

المجلس الأميركي لأمراض العيون
www.abop.org

من المجلس لاختصاص فرعي محدد لجراحة تجميلية متعلقة بإحدى شهادات المجلس هذه. لقد تم تدريب أطباء الجلد والعيون في عمليات تتعلق باختصاصهم والتي يمكن اعتبارها جراحة تجميلية. إن أطباء الجلد المعتمدين من قبل المجلس مدربون لتنفيذ عمليات جراحية معينة في الجلد والأنسجة الدقيقة وكذلك يكون أطباء العيون مدربين لتنفيذ عمليات معينة في العيون والأنسجة المحيطة.

حتى كتابة هذا الكتاب، فإن الأطباء المذكورين أعلاه، والذين يملكون شهادة مجلس من ABMS هم المخولون لإجراء العمليات الجراحة التجميلية المناسبة. ومع ذلك يوجد مؤسسات أخرى تقدم مؤهلات أو شهادات تتعلق بذلك وتتضمن القيام بعمليات جراحة تجميلية محدودة. مثلاً، يمكن للأطباء الذين لديهم شهادة طبية في طب الأسنان الدخول في برنامج أطباء جراحة مقيمين لأربع سنوات كحد أدنى ليتأهلوا لجراحة الفم وmaxillofacial يمكن لهؤلاء الأطباء إجراء عمليات إعادة التقويم للعظام والأنسجة الناعمة للوجه والعنق التي تعتبر جراحة تجميلية لكنهم ليسوا بأي شكل من الأشكال مؤهلين في كل نواحي الجراحة التجميلية.

11. هل هذه هي المؤهلات التي يجب أخذها بعين الاعتبار فقط؟

إن التأكد من شهادات المجلس هو أمر جيد للانطلاق منه في البداية عند التفكير بالحصول على علاج من طبيب في الجراحة التجميلية. لكن شهادة المجلس ***ليست*** بأي شكل من الأشكال المؤهل الوحيد. يجب أن تتأكدي من جودة التدريب المتخصص للجراح وخبرته في تنفيذ عملية معينة وليس شهادة المجلس فقط.

بالإضافة إلى ذلك، وعلى الرغم من أن العملية قد تتم في عيادة الطبيب أو في عيادة جراحية خارجية للمرضى أو في مستوصف، عليك التأكد من أنه يحق لطبيبك إجراء العملية في مستشفى محلي معترف به أو في مركز طبي يشمل كل الخدمات. إن الطبيب الذي يكون ضمن هيئة الموظفين يتمتع بامتيازات لتنفيذ عملية جراحة تجميلية معينة في مستشفى معترف به ويكون قد أتم تدريبه وتمت مراجعة مؤهلاته من قبل مجلس المستشفى للاختصاصات الطبية قبل منحه الامتيازات.

12. هل يوجد عوامل أخرى يجب أخذها بعين الاعتبار عند تقييم الطبيب؟

عليك أن تسألي عن انتماءات طبيبك المهنية والجراحين المناسبين لتقديم علاجات معينة. تشمل الانتماءات المهنية، وبالأخص، المؤسسات التي تدعم التدريب، التثقيف والبحوث حول الجراحة التجميلية وعن الأطباء الذين يملكون المؤهلات المناسبة لتنفيذ عمليات الجراحة التجميلية. بالإضافة إلى ذلك، تتطلب هذه المؤسسات مستويات معينة من الممارسة، الأخلاق والتثقيف الطبي المتواصل مع مهمة المحافظة على سلامة المريض.

جراحو التجميل المعتمدون من قبل المجلس

بالنسبة لجراحي التجميل المعتمدين من قبل المجلس يجب التأكد من عضويتهم في الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ASPS. إن جمعية ASPS تطلب من الأعضاء أن يكونوا معتمدين من قبل المجلس الأميركي لجراحة التجميل وتطلب تدريبات متواصلة ومستوىً معين من الجدارة (تثقيف طبي متواصل أو CME) في عمليات جراحة التجميل كل سنة. تطلب المؤسسة من الأعضاء أيضاً أن يجروا العمليات في مرافق جراحية مرخصة وموثوق بها (راجع السؤال رقم 28)، والتقيد بمعايير سلامة المريض والمستوى الأخلاقي المناسب الذي يتضمن أيضاً أموراً مثل الإعلانات وحقوق المريض والخصوصية.

يمكن أن ينتمي جراحو التجميل المعتمدون من قبل المجلس إلى مجموعات تخصصية فرعية. مثلاً، يمكن لجراحي التجميل المعتمدين من قبل المجلس الذين يمارسون الجراحة التجميلية الفنية أن ينتموا إلى الجمعية الأميركية للجراحة التجميلية الفنية ASAPS. ويمكن للذين يمارسون الجراحة المختصة بالفك ومنطقة الوجه أن ينتموا إلى الجمعية الأميركية لجراحي الفك والوجه. على الرغم من وجود مجموعات تخصصية فرعية كثيرة، فإن العضوية المهنية الأولى لأي جراح تجميل معتمد من قبل المجلس هي عضويته في الجمعية الأميركية لجراحي التجميل.

جراحو تجميل الوجه وإعادة البناء المعتمدون من قبل المجلس

بالنسبة لأطباء جراحة الوجه التجميلية، إن الانتماء المهني المهم هو الأكاديمية الأميركية لجراحي تجميل الوجه وإعادة البناء. إن أكاديمية AAFPRS تشمل أطباء الأنف والأذن والحنجرة المعتمدين من قبل المجلس، وجراحة التجميل، وطب العيون، وطب الأمراض الجلدية. ومثل جمعية ASPS (على الرغم من عدم ارتباطه) فإن AAFPRS تطلب بأن يتقيد الأعضاء بمتطلبات الثقافة الطبية المستمرة ومعايير السلامة والأخلاق خلال الممارسة.

شهادات أخرى

بالنسبة لطبيب الجلد فإن الأكاديمية الأميركية للأمراض الجلدية والجمعية الأميركية للجراحة الجلدية تطلبان من أعضائهما أن يكونوا معتمدين من قبل المجلس الأميركي لطب الأمراض الجلدية. وبالتزامن مع هذه المؤهلات، عليك أن تسألي عن التدريبات والجدارة المعتمدة الخاصة بعمليات الجلد والأنسجة الناعمة التي تفكرين بها. بالنسبة لطبيب العيون، فإن الأكاديمية الأميركية لجراحة العيون التجميلية تقدم عضوية لأطباء العيون المعتمدين من قبل المجلس والذين أتموا تدريبات جدارة إضافية معترف بها في عمليات الجراحة التجميلية المحصورة بالعين (أو منطقة العين) ومنطقة الوجه.

بالإضافة إلى هذه المجموعات، يمكن للطبيب أن يحصل على عضوية في مجتمعات إقليمية أو عضوية في مجتمعات لتخصصات فرعية والتي تزيد من قدرات الطبيب وتميزه عن رفاقه أو رفقائها الأطباء. إن لوائح هذه المجموعات لا نهاية لها وبينما قيمة عضوية البعض منها مرتفعة جداً فإن ما يهم المستهلك هو الانتماء المهني الأولي المتخصص والمعترف به من قبل المجلس ABMS.

جراحو التجميل المناسبون

يكون جراح التجميل المعتمد من قبل المجلس الأميركي للجراحة التجميلية ممرناً لتنفيذ عمليات جراحة التجميل للجسم والوجه بأكمله. إن المنطق هو دليلك الأكبر عند اختيار أي جراح آخر لإجراء عمليات التجميل.

تأكدي من أن الجراح هو الجراح المناسب للعملية التي تخططين لها. مثلاً، يجب أن لا يجري جراح تجميل للوجه عملية للثدي. ويجب أن لا يجري طبيب الجلد عملية شد للوجه. ويجب على طبيب العيون أن لا يجري عملية شفط دهون. بالإضافة إلى ذلك، عليك أن تسألي الجراح عن عدد العمليات المماثلة التي أجراها أو أجرتها وأن تطلبي رؤية صور فوتوغرافية للمرضى للتحقق من نتائج تلك العمليات.

عليك بعد ذلك إجراء بحث للتأكد من المجلس الطبي للدولة عن رخصة طبيبك والاستعلام في مجلس الدولة للقوانين المهنية حول الشكاوى التي قد تكون قدمت تجاه هذا الطبيب.

13. كيف أجد الجراح المؤهل؟

نأمل بأن لا تبحثي عن جراح تجميل من خلال الإعلانات أو العروض الخاصة. على الرغم من أن الإعلانات هي من أكثر الأساليب رواجاً وقبولاً فقد لا تخبرك القصة بأكملها. تأكدي دائماً من المؤهلات.

قد تساعدك البحوث على الإنترنت والأدلة للاستعلام عن العملية التي تفكرين بها. ومن بين الأدلة المتعددة، اعتبري أولاً أدلة المجتمعات الطبية والانتماءات المهنية للأطباء المؤهلين لتنفيذ عمليات الجراحة التجميلية. تملك كل هذه المجموعات أدلة أو خدمات تحويلية متوفرة على شبكة الإنترنت.

يوجد أدلة عديدة أخرى، ووسائل لتحديد الأطباء وخدمات لوائح متوفرة على شبكة الوب. وتكون عادة خدمات اشتراكات – يدفعها الطبيب ليندرج اسمه على اللائحة – التي قد لا تتضمن مؤهلاته. **اسألي** دائماً عن المؤهلات.

تقدم صفحات الوب أطباء الجراحة التجميلية المؤهلين:

الجمعية الأميركية لجراحي التجميل
www.plasticsurgery.org

الجمعية الأميركية لجراحة التجميل الفنية
www.surgery.org

الأكاديمية الأميركية لجراحة الوجه التجميلية وإعادة البناء
www.aafprs.org

الأكاديمية الأميركية للأمراض الجلدية
www.aad.org

الجمعية الأميركية للجراحة الجلدية
www.aboutskinsurgery.org

الجمعية الأميركية لجراحة العيون التجميلية وإعادة البناء
www.aasoprs.org

التحويل

إن التحويل من قبل طبيب موثوق به أو طبيب العائلة أو صديق هو خطـوة أولى أخرى جيدة لإيجاد جراح التجميل المناسب لك. وكما في أية حالـة، قـومي باختيارك النهائي للجراح بناء على بحثك عن المـؤهلات والانتمـاءات وتناسـبية العلاج بالنسبة للمؤهلات والخبرة.

حالما تتأكدي من كون الجراح معتمداً من قبل المجلـس وانتماءاتـه الطبيـة وتدريباته وخبراته، تأكدي من رخصته للممارسة في المرفق الذي ستجرى لك فيه العملية الجراحية. لقد تمت مناقشة هذا الموضوع جيداً في القسم 5.

القسم الثالث

من أين أبدأ

كيف أختار الطبيب الذي سيجري لي الجراحة التجميلية؟

ماذا تتضمن الاستشارات؟

ما هي الموافقة المبلّغة؟

.

وأكثر...

حالما تصبحين مستعدة لمعرفة خياراتك في الجراحة التجميلية، فأنت بحاجة إلى تثقيف نفسك حول الجراحين وعملياتهم. يمكن أن تكون عملية التثقيف منيرة ومرضية جداً عندما تعلمين ما عليك توقعه وما يتوقع منك. إن هذه هي عملية تحضيرك للاستشارة أو الزيارة الأولى لجراح التجميل.

14. من أين أبدأ؟

إبدئي بنفسك. حاولي تحديد الخصائص الجسدية التي تحبينها في جسدك وتلك التي تبغين تحسينها.

يجب أن تكون رغبتك في الجراحة التجميلية محددة. يجب أن لا تتوقعي بأن الجراحة التجميلية سوف تحدث تغييراً جذرياً في حياتك. صحيح أن حالات إعادة البناء التي تستعيد الصفات المشوهة بسبب الصدمات أو الأمراض أو تشوهات الولادة تؤثر كثيراً على الشكل والوظيفة. لكن حتى هذه العمليات لا تستطيع تغيير من تكونين فعلياً كشخص أو تغير مجرى حياتك. عليك تقبل ما يمكن لجراحة التجميل تحقيقه وما لا تستطيع تحقيقه. حالما تتوصلين إلى قرار، عليك أن تشعري بالثقة بنفسك وبالأهداف التي تبغين تحقيقها وبالتغييرات التي ترغبينها.

على العكس من ذلك، لا تخضعي أبداً لجراحة تجميلية لإرضاء أي شخص آخر. مثلاً، حتى ولو عبر لك زوجك أنه يفضل أن يكون لديك صدر أكبر، لا تخضعي للجراحة من أجله. إذا اخترت الجراحة التجميلية فليكن لنفسك فقط.

إن الجراحة التجميلية ليست بالعملية البسيطة. حتى عندما تكونين على ثقة برغبتك الخضوع للجراحة، فعليك أخذ الخطوة الأولى ألا وهي الخروج وإيجاد الجراح والوضعية المناسبة لك. وبغض النظر عن المؤهلات والتصنيفات فإن جراحي التجميل يتعاملون مع المرضى والحالات بشكل مختلف. خذي الوقت باستشارة أكثر من طبيب. اسألي أسئلة عن خياراتك واستثمارك الشخصي في الوقت والمال المترافق مع تحقيق أهدافك.

إن المال هو مسألة مهمة للعديد من الناس. لكن لا يمكنك أن تدعي المال يؤثر على خياراتك في الاستشارات. إن العديد من الجراحين يقدم استشارات مجانية. إن الوقت والمال الذي تصرفه لاستشارة الطبيب هو زهيد مقارنة مع

الاستثمار أو العلاج. إن الاستشارات ضرورية جداً لإيجاد واختيار جرّاحك الصحيح. إن الاستشارة هي نافذتك الشخصية للوقت مع الجراح حيث تستطيعين: (1) مراجعة المؤهلات، التدريب والخبرة حول العملية التي تريدين الخضوع لها، (2) أن تسألي أسئلة منفردة الواحد تلو الآخر، (3) رؤية صور فوتوغرافية لعمليات مماثلة أجريت لآخرين، و(4) تحديد ما إذا كنت قد اقتنعت بقدرات الطبيب.

15. كيف أختار الطبيب الذي سيجري لي الجراحة التجميلية؟

لا تعتمدي على المال أو العواطف أو الاندفاع لاختيار جراح التجميل الخاص بك.

قومي أولاً بإجراء بحث. استعملي الإحالات أو الفهارس لإيجاد الأخصائيين الذين يملكون المؤهلات المعترف بها. ابدئي بعد ذلك بإنجاز البحث ضمن المعايير التالية:

- قومي بزيارة موقع الوب الخاص بذلك الطبيب.
- قومي بزيارة مواقع الوب الخاصة بالمؤسسات المهنية بما فيها المستشفيات التي يعمل فيها ذلك الطبيب.
- اتصلي هاتفياً بمكاتب الأطباء الذين تفكرين بالتعامل معهم. اسألي بالتحديد ما إذا كان هذا الطبيب يجري العملية/العمليات التي ترغبين بها. لا تتوقعي من عاملة الاستقبال الإجابة على أسئلتك عن العملية بالتفصيل، دعي هذا الأمر إلى حين استشارتك. إذا أردت تحديد موعد للاستشارة، اطلبي من المكتب أن يرسل لك المعلومات التي تتعلق بما ترغبين به ومعلومات عن مجال خبرات الطبيب. راجعي كل المعلومات التي ستتوفر لديك قبل استشارتك وحضري أسئلتك.
- قومي بإجراء بحث مرة أخرى. إذا كنت تختارين الخضوع إلى جراحة تجميلية، عليك اتخاذ الخطوة الأولى وأن تكوني على اطلاع واسع بالمعلومات بقدر المستطاع. قومي بدرس العلاجات والعمليات التي قد تناسبك. إن مواقع

الوب الخاصة بجراحي التجميل والمجتمعات المهنية والتي هي المواقع نفسها التي قمت بزيارتها للتحقق من المؤهلات (راجعي الأسئلة من 10 – 13) هي أفضل مكان للحصول على معلومات حول العمليات. تقدم لك هذه المواقع بالتحديد معلومات موضوعية وغير متحيزة وحقيقية ودقيقة ومتناسقة عن أمهر الرواد في هذا الاختصاص. للحصول على بحوث أخرى، يمكنك زيارة مواقع الوب الخاصة بالصناعيين الطبيين وبشركات الصيدلة. مثلاً، إذا كنت تفكرين بزراعة الثدي، يمكنك زيارة موقع المصنّع للحصول على معلومات عن أفضل المواد المزروعة في الثدي الموصى بها. إن مراجعة وسائل الإعلام الثالثة (مثل الإنترنت والمجلات) يمكن أن تساعدك ما دمت تعيرين انتباهاً شديداً للتفاصيل ولا تتأثرين بالرسائل الأخرى المستعملة دائماً لجلب انتباهك.

16. ما الذي يجب عليّ أخذه بعين الاعتبار عند اختيار الجراح غير مؤهلاته؟

إذا اعتبرت أن بحثك عن الجراح المناسب هو مثل البحث عن المنزل، فإن المؤهلات هي أساسات هذا المنزل والخبرة هي الهيكل والطبيب الشخصي هو الملجأ. راجعي مرة أخرى كل مؤهلات الجراح الذي تفكرين بالتعامل معه، وتأكدي من أن كل امتيازاته ومؤهلاته صالحة وذلك بالاتصال بمجلس الترخيص الطبي. اسألي السؤال التالي، "كم مرة أجريت هذه العملية من قبل؟". ثم اسألي عن الخبرة الخاصة التي يتمتع بها هذا الجراح فيما يختص بالعملية التي تريدين الخضوع لها. إن الاستشارة هي فرصتك لتسألي الجراح عن كيفية معالجته لحالتك. لاحظي أن الخبرة لا تقاس بعدد السنوات بل بإرضاء المرضى وبالنتائج.

تقاس الخبرات بالاستماع والمراجعة وطرح الأسئلة. قد تتضمن هذه الأسئلة السؤال عن عدد المرات التي أجرى فيها الطبيب هذه العملية المعينة التي تفكرين بالخضوع لها أو الموصى بها لك. استمعي جيداً إلى طريقة كلام الطبيب أو الطبيبة وماذا يقول خلال الاستشارة:

- هل الطبيب واثق من نفسه وواضح ومباشر؟
- هل يتفهم أو تتفهم احتياجاتك؟
- هل يسألك الطبيب عن توقعاتك؟
- هل يلبي الطبيب رغباتك بالتحديد ولا يقتصر ما يقدمه على العلاج، بل يشمل أيضاً خيارات قد تكون مناسبة؟
- هل يجيب أو تجيب مباشرة على أسئلتك بطريقة مفهومة كلياً من قبلك؟
- هل منحك الطبيب والموظفون المعالجون كل المعلومات المهمة التي تشعرين أنك بحاجة لها لاتخاذ القرار؟
- هل سألت عن الميزانية المالية الخاصة بذلك؟

قومي أيضاً بمراجعة الصور الفوتوغرافية ما قبل وبعد الجراحة التجميلية التي أجراها أو أجرتها الطبيبة عن عمليات مماثلة. اسألي ما إذا كانت هذه النتائج هي من أفضل النتائج التي حققها ذلك الجراح واطلبي رؤية النتائج المتوسطة. يجب أن تشعري بالراحة عندما تسألين حول نتائج تلك الصور وكيف تمّ تحقيقها.

إن خبرتك الشخصية هي من العوامل المهمة أيضاً عند اختيار جراح التجميل. يجب أن تشعري بالراحة والترحيب والأمان مع موظفي عيادة الطبيب. يجب أن تثقي أيضاً بأنك بين أيدٍ آمنة وستتم العناية بك برفق.

17. كيف أوصّل توقعاتي؟

ليس هناك طريق أفضل للتواصل في أي موضوع من عمل ذلك مباشرة. اسألي الأسئلة عندما تكونين بحاجة إلى معلومات أكثر أو عندما لا تفهمين أمراً ما. إن الاستشارة هي أفضل وقت للتواصل مع أهدافك وتوقعاتك، أي، ما تريدين تحسينه وكيف تتوقعين تحقيقه.

من المفيد قبل الاستشارة أن تقومي بكتابة أي سؤال لديك. يجب أن تشمل لائحتك أسئلة حول مؤهلات وخبرة الجراح الذي تفكرين فيه وبهذه الطريقة لن تنسي أي تفصيل. خذي هذه اللائحة معك عند كل استشارة. دوّني المعلومات التي

تريدين معرفتها وقارنيها مع الجراحين المختلفين. إذا طرأ سؤال جديد، يجب أن تتصلي بالمكتب بعد الاستشارة.

إن أي عملية، حتى مع أفضل عناية وتحت أفضل الظروف، قد تكون نتيجتها غير متوقعة. أيضاً، إن أي عملية جراحية سوف تترك ندوباً في مكان ما. على الرغم من أنه يمكن تصغير أو تخبئة أو تجميل الندوب لكنها ندوب دائمة وهي الثمن للعديد من العمليات. وعلى الرغم من أن العمليات غير التوسعية الرائجة مثل حشوات الأنسجة الناعمة والبوتوكس لا تخلّف ندوباً، فأنت بحاجة إلى تكرار هذه العلاجات للمحافظة على النتائج. هنالك دائماً تضحيات يجب عليك أخذها بعين الاعتبار.

إن توقعاتك ليست محدودة بنتيجة الجراحة التجميلية، بل هي تشمل أيضاً العملية بأكملها. أبلغي الطبيب عن مدى استعدادك للخضوع لتحقيق هدفك. على الرغم من أنك ستبلّغين أن توقعاتك غير واقعية، فهذا لا يعني أنك لا تستطيعين الاستمرار بالجراحة التجميلية. كما أنه لا يعني أن عليك إعادة تقييم ما تنوين المرور به كتجربة وتقبله لتحقيق رغبتك. أنت بحاجة إلى معرفة بالتحديد ما تتضمنه العملية وفترة النقاهة بما فيه الوقت الذي سوف تحتاجينه لاسترداد عافيتك. تأكدي كذلك من معرفة ماهية المضاعفات المحتملة.

18. ماذا يجب أن أتوقع خلال الاستشارة؟

سوف تقابلين جراح التجميل الخاص بك خلال الاستشارة. للعديد من الأطباء مستشارون أو ممرضات يرشدون المرضى خلال مرحلة الاستشارات وما قبل العملية (الوقت ما قبل وبعد العملية). لكن أياً من هؤلاء يجب أن لا يكون بديلاً للاجتماع مع الطبيب الذي سوف يعالجك.

تبدأ معظم الاستشارات بمناقشة تاريخك الطبي وأهدافك القريبة والبعيدة للجراحة التجميلية. سوف تسألين بالتحديد عمّا تريدين تحقيقه وسوف يتم إعلامك بالعلاجات التي يمكنها تحقيق أهدافك. يجب منحك أو يجب أن تطلبي رؤية صور فوتوغرافية لنتائج العملية/العمليات الموصى بها.

إن عملية الاستشارة تختلف بين جراح وآخر. إذا تمّ دمج الاستشارة والزيارة

الأولى، سوف يتم فحصك حتى يتمكن الطبيب من تقييم جسمك وحالتك الجسدية وتحديد الطريقة المثلى لتحقيق هدفك. أما التفاصيل فيما يختص بالبنج وموقع العملية والكلفة المفصلة والتزامات المريض وعملية الشفاء فسوف تناقش أيضاً. يمكن أخذ الصور في هذا الوقت أو حالما تقررين خوض الجراحة التجميلية. يتم بعد ذلك مناقشة مجرى العملية. يتم بعد الاستشارة أو في الزيارة التالية طلب الفحوصات المخبرية والأدوية.

بالإضافة إلى ذلك، ستتم مناقشة التأثيرات اللاحقة أو النتائج الثانوية للعملية. وهذه تشمل الأشياء التي يجب أن تتوقعيها نتيجة للعملية مثل التورم والندوب. يجب على الطبيب أيضاً أن يحدّد لك ومباشرة الأخطار بما فيها النتائج غير القابلة للتنبؤ بها وغير المستحبة والمضاعفات الممكنة للعملية التي تفكرين بالخضوع لها. بغض النظر عن سجل السلامة الشخصية للطبيب في أي عملية، يجب معرفة كل المخاطر والمضاعفات. سوف يطلب منك توقيع موافقة خطية. اقرئيها جيداً فإن توقيعها يعني فهمك كلياً للمخاطر كما لفوائد العملية (راجعي سؤال رقم 20).

إن كل عناصر الاستشارة سوف تحصل خلال زيارة واحدة أو أكثر وهذا يعتمد على حالتك وأسلوب الطبيب. يمكن للممرضة أو منسق المرضى إرشادك خلال العملية. لكن قراراتك حول العملية التي ستنفذ سوف تحددينها أنت مع جراح التجميل.

19. لماذا الصور الفوتوغرافية ضرورية؟

إن الصور الفوتوغرافية مهمة كمرجع للطبيب. عند تنفيذ عمليات الجراحة التجميلية، يحتاج الجراح إلى تحليل التركيب البنيوي للجسم في المناطق التي ستتم معالجتها. إن الصور هي جزء من سجلك الطبي. إن مقارنة الشخص لنفسه قبل وبعد العلاج بالصور الفوتوغرافية المأخوذة تحت نفس الضوء ومن نفس الزاوية والمسافة شيء مدهش في الحقيقة. قبل أخذ أية صورة لك، حتى ولو كانت لسجلك الخاص كمريضة، عليك الحصول على إذن موقع يحدد فيه متى وكيف يمكن للطبيب استعمال الصور التي التقطت لك. عند توقيع هذا التعهد، تذكري مدى أهمية رؤيتك للنتائج الفعلية للحالات الأخرى التي نفذها طبيبك. يجب أن تعلمي أيضاً أنه يمكنك بواسطة هذا التعهد السماح لمرضى العيادة برؤية هذه الصور الفوتوغرافية بهدف تثقيفهم.

بالإضافة إلى الصور الملتقطة في عيادة الطبيب، فمن الشائع أن تأتي مريضة إلى الطبيب حاملةً معها صورة فوتوغرافية وتطلب من الطبيب "أريد أن أبدو هكذا". على الرغم من أن إحضار صورة لأنف الممثلة نيكول كيدمان أو شفتي سيندي كروفورد قد يساعد الطبيب على فهم أهدافك، لكن هنالك تحذير: قد لا يتمكن الطبيب من تحقيق الحالة المثلى المبينة في الصورة التي قدمتها. وأحد المواضيع المتعلقة بهذا الموضوع هو النقاش حول استعمال الكمبيوتر في التصوير والجراحة التجميلية. لقد أدلت العديد من الجمعيات المهنية بتصاريح ضد استعمال الكمبيوتر في التصوير خلال الاستشارات الطبية. السبب بسيط وهو أن مع معرفة طبيعة الإنسان والتركيب البنيوي للجسم ووظيفة الشفاء لا يمكن تحديد أي نتيجة مسبقاً.

إن الصورة الفوتوغرافية التي تبين ما ترغبين الوصول إليه، حتى ولو بواسطة تصوير الكمبيوتر، قد تعطيك آمالاً كاذبة أو تخدم كوسيلة ضمان ضمنية. لا تصدقي للحظة أن أي طبيب يستطيع أن يضمن ما سوف تكون النتيجة.

20. ما هي الموافقة المبلّغة؟

إن الموافقة المبلّغة مصطلح قانوني بدأ في الخمسينيات لحماية وتعليم الأفراد الذين تطوعوا ليكونوا مواضيع ضمن أبحاث طبية. تم تصميم هذه المستندات لتشرح:

- ما الأشياء التي أجري البحث عليها.
- ما النتائج المتوقعة.
- ما الأخطار المعروفة.
- أنه كان هناك احتمال لنتائج غير معروفة كعوامل الخطر.
- أن موضوع البحث أو المريض قبل كلياً وطوعياً كل ما ذكر أعلاه.

إن "الموافقة المبلّغة" اليوم لا تختلف كثيراً عن تلك التي كانت في السنين السابقة وهي تطبق على حالات كثيرة في هذه الأيام أكثر من كونها مجرد أبحاث طبية. ومع ذلك تستعمل الموافقة المبلّغة تقريباً مع كل استمارة لعلاج طبي باستثناء الحالات الطارئة التي تهدد الحياة.

لقد تمّ تصميم الموافقة المبلّغة في جراحة التجميل للتأكد من فهمك الكلي لما تتوقعينه وأن الطبيب واثق من فهمك للأمور. إن الكثير من المرضى يعتقدون بأن الموافقة المبلّغة قد صممت لحماية الطبيب من الملاحقة عند وجود إهمال، لكن لا يوجد في الحقيقة أية وثيقة قانونية تستطيع حماية الطبيب من الإهمال الواضح. تأكدي من أنك فهمت كل ما يتضمنه العلاج والعملية والمخاطر الممكنة والمضاعفات المحددة في مستند الموافقة المبلّغة قبل توقيعها.

يجب أن تحدد الموافقة المبلّغة أية مواد محقونة أو مزروعة والتي يمكن استعمالها في الجراحة التجميلية مثل:

- صنف ونوع المادة المزروعة في الثدي (ليس بالضرورة الطراز نفسه).
- الصنف الصيدلي لحشوة الأنسجة الناعمة القابلة للحقن أو الزرع، أو المادة الجامدة المزر
- وعة في الوجه.
- صنف مخفض التجاعيد مثل البوتوكس.

إن الأطباء وجراحي التجميل يعانون دائماً من الإلحاح المتواصل من الشركات الأجنبية لشراء الأجهزة الطبية والمواد المزروعة والمواد الصيدلية الأرخص كبديل للبضائع الأميركية الموافق عليها من قبل FDA. يتم التسويق لهذه المواد على أنها مواد مماثلة لكن جمعية FDA لم توافق عليها ولذلك لم يتم فحص نوعيتها وسلامتها ولم توثّق في الولايات المتحدة. إن الجمعية الأميركية لجراحي التجميل بالاتفاق مع الجمعية الأميركية لجراحة التجميل الفنية والجمعية الأميركية للجراحة الجلدية نصحوا أعضاءهم بعدم استعمال هذه البضائع المستوردة للحفاظ على تعهد الجمعيات بسلامة مرضاهم. كمستهلكة، عليك التأكد من أن الطبيب قد حدد بدقة المواد التي سوف تستعمل في علاجك الفردي وخلال العلاج وفي أية علاجات مكررة.

القسم الرابع

كلفة الجراحة التجميلية

هل يغطي التأمين تكاليف الجراحة التجميلية؟

هل توجد تكاليف غير منظورة؟

هل يمكن توفير المال في إجراء معين؟

وأكثر.....

بعد تحديد أهدافك للجراحة التجميلية وبعد أن أصبحت واثقة من رغبتك بتحقيق تلك الأهداف وبعد إيجاد جراح التجميل وبعد أن أصبحت مهيأة للخضوع فعلياً للجراحة التجميلية، وقبل المتابعة، عليك تحديد كيفية دفع ثمن العلاج.

إن الكلفة العاطفية للجراحة التجميلية قد تكون مرتفعة وقد تساويها بالارتفاع الكلفة المالية للجراحة التجميلية. عليك تقبّل كلفة الجراحة التجميلية بالنسبة لما تستطيعين تحمله.

21. هل يغطي التأمين تكاليف جراحتي التجميلية؟

يغطي التأمين فقط عمليات إعادة البناء وهي تلك العمليات المصممة خصيصاً لمعالجة المرض والصدمات واستعادة الجسم البشري لمظهره الطبيعي بعد إزالة التشوهات وحتى في مثل هذه الحالات (باستثناء الطوارئ) يُطلب موافقة مسبقة. سوف تساعدك معظم مكاتب الأطباء بالحصول على الموافقة المسبقة وسوف توفّر لك كل المكاتب الوثائق الضرورية للتغطية إذا كانت عمليتك بالفعل تستحق التغطية.

مع أن معظم العمليات بطبيعتها هي عمليات تجميلية أو لإعادة البناء، يوجد هنالك مناطق رمادية.

مثلاً، يعتبر تصغير الثدي غالباً إعادة بناء ولذلك يغطى من قبل التأمين. مع ذلك، وفي بعض الحالات التي تعتمد على كمية الأنسجة التي ستتم إزالتها، قد لا تتوفر شروط التغطية. بالإضافة إلى ذلك، قد تطلب شركات التأمين المختلفة وثائق عن العلاجات الطبية السابقة وقياسات متعددة وسجلات انخفاض الوزن وغيرها قبل الموافقة على تغطية العملية. إن العديد من شركات التأمين HMO لا تغطي تصغير الثدي بتاتاً. لذلك، احصلي على موافقة مسبقة لأي جراحة ممكن تغطيتها حتى تعلمي وضعك المالي.

إن العمليات التي تكون فنية بطبيعتها تكون مؤهلة للتعويض. مثلاً، تعتبر عملية جفن العين إعادة بناء بينما تعتبر الحالات الأخرى مثل تدلّي جفن العين العلوي، حالة نظر ضعيف. يمكن تغطية علاج البوتوكس عند استعماله للحد من تقلصات الوجه العضلية أو للحصول على تناسق من جراء حالات مثل الشلل Bell's palsy.

بالإضافة إلى ذلك، قد توجد حالات حيث تتطلب العملية الواحدة عملية فنية وعملية إعادة بناء سوياً. مثلاً، المريض الذي يحتاج إلى جراحة للأنف لتصحيح عطل في التنفس قد يختار بنفس الوقت إجراء عملية تجميل لشكل أنفه. أو المريض الذي يريد تصحيح فتق البطن (الجوف الأوسط) قد يطلب أيضاً إزالة الأنسجة الزائدة من منطقة البطن (ثني للمعدة). تغطي شركات التأمين في مثل هذه الحالات جزءاً من العملية الموصى بها لتحسن حالتك أو صحتك. مع ذلك، وكما في كل مرة، يطلب موافقة مسبقة.

يوجد عند كل شركات التأمين مواصفات محددة للتغطية وإجراءات معينة عليك اتباعها للحصول على التغطية. التغطية لا تكون أبداً مضمونة إلاّ إذا تأكدت من شركة التأمين واتبعت كل إجراءات البوليصة للحصول على الموافقة المسبقة والتعويض وكتبت موافقة.

ملاحظة مهمة جداً: يعود الشكر لجهود الجمعية الأميركية لجراحي التجميل، فإن إعادة بناء الثدي مغطاة حسب القانون من كل شركات التأمين في 50 ولاية في الولايات المتحدة. بالإضافة إلى ذلك، يطلب القانون أيضاً تغطية العمليات التي تجرى على الثدي المقابل للتوازي. تتضمن هذه العمليات تكبير الثدي ورفع الثدي، وتصغير الثدي والتي قد تعتبر في حالات أخرى فنية.

22. ماذا أستطيع القيام به كي أجعل التأمين يغطي جراحتي التجميلية؟

اتبعي ببساطة تامة إجراءات الموافقة المسبقة والتعويض عند إجراء جراحة تجميلية يغطيها التأمين. لا تستطيعين القيام بأي شيء لتغطية عملية تجميلية محض من قبل التأمين. إن هذا تزوير ولن يساعدك أي جراح جدير بالثقة على ملء طلب تأمين خاطئ.

تنشر بعض المؤسسات "الكلفة المتوسطة" لعمليات جراحة تجميل محددة. انتبهي عند اللجوء إلى هذه المعلومات. فقد تكون في معظم الحالات هذه الكلفة الأجرة المتوسطة للجراح فقط ولا تشمل كلفة التخدير ومرافق الجراحة والمستلزمات والأدوية.

23. كم ستكلف الجراحة التجميلية؟

تعتمد التزاماتك المالية على العملية المخطط لها، ومنطقتك الجغرافية، وأجرة طبيبك، ومكان تنفيذ العملية. يجب تحديد كل التكاليف الثانوية المتوجبة عليك بوضوح خلال إجراء الموافقة المبلّغة. سوف تمنحين حداً أدنى محدداً من كلفة أي عملية بناء على أجرة الجراح، أجرة المرفق الجراحي، كلفة التخدير، وكلفة الأجهزة الطبية الخاصة (مثل الثياب الخاصة بما بعد الجراحة). قد تحتاجين أيضاً إلى دفع كلفة أعمال المختبر ما قبل العملية، ومع ذلك فأعمال المختبر يمكن أن تغطى بتأمينك.

معظم الأطباء يرفقون كلفة زيارة المتابعة مع أجرة الجراحة. على أي حال عليك أن تسألي بصورة محددة إذا كانت هذه الزيارات مشمولة.

إذا اخترت استعادة عافيتك في مرفق خاص للنقاهة ما بعد الجراحة، يجب تحديد كلفة هذا أيضاً وبشكل مفصّل. إن هذا يشمل كل شيء ابتداءً من الغرفة والأكل إلى العناية الأساسية ووسائل الراحة والخدمات الإضافية التي تجعل إقامتك أكثر راحة. إن هذه الخدمات هي خيارك لوحدك ولك الحق بمعرفة كلفة هذه الخدمات مسبقاً.

24. ما هي التكاليف غير المنظورة؟

يجب أن لا يكون هنالك تكاليف غير منظورة في الجراحة التجميلية. يجب تحديد كل التكاليف، بما فيها تقدير كلفة التخدير، قبل العملية. على أي حال إن كلفة التخدير تعتمد على الوقت المستغرق في غرفة العمليات وفي بعض الأحيان في غرفة النقاهة. لا يمكن تحديد هذه الأوقات قبل العملية فهي ليست متوقعة، لكن يجب أن تكون تكاليف مقدّرة. ومع ذلك قد يكون هنالك تكاليف غير متوقعة.

بشكل مماثل، ومثل أي علاج طبي، فإن نتائج الجراحة التجميلية ليست دائماً متوقعة. إن العمليات الثانوية قد تكون ضرورية لتحقيق أفضل النتائج المرغوبة وهذه ليست تكاليف غير منظورة. إن قبول كلفة أي عملية ثانوية، العملية التي لا تكون بطبيعتها لإعادة البناء، هو جزء من المخاطرة التي تقومين بها بالخضوع لأي علاج طبي اختياري.

في حال حدوث مضاعفات تتعلق بجراحتك التجميلية والتي تتطلب علاجاً طارئاً، قد تكونين مسؤولة عن كلفة ذلك العلاج. إن الحالات الطارئة ما بعد العملية والتي تتطلب جراحة أو استشفاء هي غير مستحبة. مع ذلك، يجب مناقشة إمكانية حدوث مضاعفات أو عمليات ثانوية خلال الموافقة المبلّغة.

25. كيف سأدفع للجراحة التجميلية؟

إن كيفية دفع كلفة الجراحة التجميلية هو قرارك لوحدك. قد تختارين تمويل العملية إذا لم يتوفر لديك المال للدفع نقداً. يقبل بعض الجراحين ببطاقات الائتمان، وقد يقدم الآخرون برامج تمويل والتي يمكن المصادقة عليها أو تقديمها عبر المؤسسة الطبية. أو قد ترغبين البحث عن مصادر تمويل مستقلة. لا تبحثي عن تمويل أي شيء، إن كان جراحة تجميلية أو غيره، إذا لم يكن لديك المال الكافي في الحقيقة لذلك.

إذا قررت الخضوع للجراحة التجميلية، كوني واثقة من قرارك ومن التاريخ الذي اخترته قبل تحديد موعدك. يطلب كل الجراحين وديعة مالية قبل الجراحة، ويرجع البعض القليل منهم هذه الوديعة بعد مرور تاريخ معين إذا أُلغيت الجراحة لأي أمر غير الطوارئ. قد يبدو هذا مبالغاً به، لكن عند اتخاذ القرار لإجراء الجراحة التجميلية، يتم حجز المرفق الجراحي والموظفين المناسبين لحالتك أنت بالتاريخ والوقت اللذين قمت بتحديدهما. لقد حجز جراحك هذا الوقت لك بشكل حصري وقد يتم التعاقد على خدمات إضافية مثل التخدير لحالتك بمفردك. بالإضافة إلى ذلك، قد يستدعي الأمر طلب معدات طبية خاصة والتي يجب على الطبيب أن يدفع ثمنها مسبقاً.

لا يهم إذا كنت ستمولين الجراحة التجميلية أو كان لديك المال لدفع كلفة العملية، تأكدي من أن الأمر الذي تشعرين به يستحق الكلفة. إن إنفاق آلاف الدولارات على جراحة لست مقتنعة كلياً بالخضوع لها يعد حماقة. لا يمكنك إرجاع العملية ولا يمكنك استعادة مالك.

26. كيف أوفر المال في الجراحة التجميلية؟

إذا رغبت بإجراء ما وأجريت بحثاً مطولاً حوله وكنت واثقة من اختيارك

الجراح ومع ذلك وجدت أن سعر العملية وعناية ما قبل العملية وبعدها باهظة جداً، لا تخافي من التوقف وإعادة النظر بقرارك.

قد يكون هنالك علاجات بديلة ذات كلفة أقل من تلك التي يوصي بها الطبيب بالتحديد لتحقيق أهدافك. مثلاً، إن رفع الحاجبين وشد الوجه قد يزيلان أثر الشيخوخة عن وجهك ويعيدانك إلى مظهر أكثر شباباً. لكن إذا اخترت عدم دفع ثمن هذه العمليات، قد يكون علاج البوتوكس وحقن الحشوات بديلاً أرخص. يطري البوتوكس تجاعيد وثنيات الجبين أما حشوات الأنسجة الناعمة فتملأ التجاعيد وتمنحها مظهراً أكثر شباباً. مع ذلك فإن نتائج هذه العمليات ليست مثل نتائج رفع الحاجب أو شد الوجه. ويجب أيضاً تكرار هذه الإجراءات فيما بعد للمحافظة على النتائج نفسها. لذلك، قد تكون أرخص الآن ولكن أنت بهذه الطريقة مع مرور الوقت تنفقين كمية أكبر من المال من كلفة الجراحة الأصلية. عند مراجعة خياراتك، قومي دائماً بوزن التكاليف بالوقت والمال على المدى الطويل.

إذا استشرت جراحي تجميل يملكان شهادة المجلس ومؤهلات أخرى وإذا ترك الاثنان تأثيراً إيجابياً متساوياً لديك، بالطبع يكون للسعر هنا اعتبار كبير. لكن، من الخطر جداً اختيار جراح غير مؤهل أو معتمد من قبل المجلس لإجراء عملية معينة ترغبين بها، أو اختيار أي طبيب على أساس أن أجرته أرخص. عليك اعتبار زيادة إمكانية حصول نتائج غير مرضية وخطر أكبر على سلامتك.

إن أفضل طريقة للتوفير في الجراحة التجميلية وبطريقة شرعية هي استعادة العافية في المنزل بدلاً من مرفق مترف مثل المنتجع الصحي. يستطيع المرضى استعادة عافيتهم بأمان في المنزل بعد معظم الجراحات التجميلية مع دعم أحد أفراد العائلة الراشدين أو صديق أو أي شخص آخر يوفر العناية.

القسم الخامس

الجراحة التجميلية والسلامة

أين ستنفذ الجراحة التجميلية؟

ما هي مخاطر الجراحة التجميلية؟

ماذا أستطيع أن أفعل لتخفيض فرص المضاعفات؟

ما هي مسؤولياتي كمريضة؟

وأكثر...

إن قرارك بشأن الخضوع للجراحة التجميلية يجب أن يشمل تقييماً ومناقشة مباشرة حول المخاطر الممكنة على سلامتك. عليك إجراء هذه المناقشة وجهاً لوجه مع الطبيب الذي سوف يعالجك. يجب أيضاً أن يتم تعريفك بالمرفق الذي ستنفذ فيه العملية.

إن أي علاج طبي يحمل بعض عناصر الخطر بما فيها مضاعفات العلاج وردّة الفعل على الأدوية أو النتائج التي لا يمكن التنبؤ بها. إن الطب ليس بالعلم المحدد ولا يمكن لأي شخصين أن يكونا متشابهين تماماً. إن فرصتك الكبيرة لتقليص الخطر والمضاعفات تكمن في اختيارك لجراح التجميل وعند مستوى المعلومات ما قبل وبعد العملية وإذعانك لكل التعليمات.

27. أين تنفّذ الجراحة التجميلية؟

في العام 2003، أعلنت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل أن 56% من مجموعات عمليات التجميل قد نفذت في مكاتب مجهزة للعمليات و28% في المستشفى، و16% في مراكز عمليات حرّة.

يمكن إجراء الجراحة التجميلية في العديد من الأماكن.

تجرى العمليات غير التوسعية في أكثر الأحيان في غرفة الفحص في عيادة الطبيب. إن هذه العمليات ليست جراحية بطبيعتها وهي تشمل علاجات الحقن وإجراءات تجديد الشباب مثل التقشير الكيميائي وبعض علاجات الليزر.

أما العمليات الجراحية التوسعية فيمكن تنفيذها في عيادات خارجية. يمكن تنفيذ العمليات الصغيرة مثل إزالة الجلد المتضرر وفحص الندوب في عيادة الطبيب. أما العمليات الأكثر توسعاً فيجب تنفيذها في المستشفى أو في مرفق جراحي نقّال. إن المرفق الجراحي النقال هو مكان لإجراء الجراحة ويكون ضمن مكتب الطبيب. وأي مرفق تجرى فيه العمليات التوسعية يجب أن يكون مجازاً من قبل هيئة وطنية معترف بها و/أو مرخصاً من قبل الدولة. إن هذا ضروري لسلامتك.

28. ما هي إجازة المرفق؟

على الطبيب النجاح بامتحانات خطية وشفهية كي يصبح معتمداً من قبل المجلس. وبشكل مماثل، على المرفق أن يلتزم بمتطلبات معينة جداً بالنسبة لهندسة

البناء والمعدات الطبية والمناهج الإجرائية ثم التفتيش ليمنح الإجازة. إن المرافق التالية هي مؤسسات مجازة مقبولة كمرافق جراحية في الولايات المتحدة.

- الجمعية الأميركية لإجازة المرافق الجراحية النقالة (AAAASF)؛ *www.aaaasf.org*.
- مؤسسة الإجازات للعناية الصحية النقالة (AAACH)؛ *www.aaahc.org*.
- المفوضية المشتركة لإجازات مؤسسات العناية الصحية (JCAHO)؛ *www.jcaho.org*.
- الشهادات للاشتراك في العناية الطبية تحت العنوان XVIII.
- رخصة من الدولة لتشغيل مرفق طبي عندما يتطلب قانون الدولة ذلك.

إن مواقع الوب لكل من هذه المؤسسات تعطيك المتطلبات المحددة للحصول على الإجازة وتمكنك من التأكد من إجازة المرفق الطبي الذي يوصي به طبيبك. عموماً هذه المعايير القياسية تتضمن:

- تنفيذ الجراحة من قبل أطباء مؤهلين أو معتمدين من قبل المجلس الأميركي للاختصاصات الطبية (ABMS) ويتمتعون بصلاحيات لتنفيذ العمليات نفسها في مستشفى محلي مجاز.
- استعمال التخدير فقط من قبل أطباء تخدير مؤهلين أو معتمدين من قبل المجلس أو ممرضة تخدير معتمدة (CRNA).
- متطلبات شهادات الموظفين مثل تقنيي الجراحة والممرضات المسجلين والممرضات التطبيقيات ويشمل التدريب على إنعاش القلب.
- استعمال المراقبة المتطورة خلال الجراحة والإنعاش المباشر.

إضافة إلى ذلك، تتطلب الإجازة التزام المرفق بكل القوانين المحلية والوطنية وقوانين الولاية بما فيها تعزيز الصحة العامة، السلامة ضد الحريق وشروط البناء. وتتطلب أيضاً أن يطبق المرفق الشروط الفدرالية وشروط OSHA بما فيها تلك التي تتعلق بالكائنات المسببة للأمراض المنتقلة بالدم بالفطرة ومواصفات صرف النفايات الخطرة.

إضافة إلى الإجازات الوطنية والطوعية من قبل AAAASF وAAAHC وJCAHO تطلب بعض الولايات شهادات معينة من المرافق التي تشارك في فواتير شركة Medicare. إن الإجازة للمرفق الجراحي ليست دائماً البديل للترخيص من الولاية. إن بعض الولايات تطلب الترخيص والبعض الآخر لا تفعل ذلك.

فرضت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل (ASPS) والجمعية الأميركية لجراحة التجميل الفنية (ASAPS) في 1 يوليو 2002 على كل أعضائها، في محاولة للحفاظ على أعلى مستوى من السلامة لمرضى الجراحة التجميلية، إجراء العمليات في مستشفى أو مرفق مرخص أو مجاز من الولاية. إن هاتين الجمعيتين هما الوحيدتان اللتان فرضتا هذا المعيار حتى تاريخ كتابة هذا الكتاب.

29. ما هي مخاطر الجراحة التجميلية؟

تبدأ أخطار الجراحة التجميلية مع تلك التي تعود لأية عملية جراحية: النزيف، الالتهاب، الانسداد الرئوي، مضاعفات التخدير والمضاعفات غير المتوقعة المتعلقة بالعمليات الفردية.

النزيف: يمكن أن يحدث النزيف خارجياً أو تحت الجلد hematoma مع أي إجراء جراحي ويمكن أن يتسبب بمشاكل كبيرة. إن ضغط الدم المرتفع والأدوية (مثل الأسبيرين والأيبوبروفين وبعض الملحقات العشبية) قد تتسبب بنزيف غير طبيعي. قد يطلب منك الجراح فحوصات مختبر معينة للتأكد من تجلط الدم عندك. عند بعض الأشخاص مشاكل نزيف وراثية دون تشخيص مسبق. عليك دائماً إبلاغ الجراح حول كل الأدوية التي تتناوليها وتاريخ النزيف الخاص بك. إذا تناولت خطأً دواء يتسبب بالنزيف في الأسابيع القليلة قبل الجراحة، قومي بإبلاغ طبيبك. (راجعي السؤال 32 للحصول على إيضاحات كاملة حول تحاشي تناول مثل هذه الأدوية).

الالتهاب: إن الالتهاب ممكن مع كل عملية حتى بعد اتباع إجراء معقم صارم. قد تتعرضين وبدون علمك لالتهاب في الجسم أو لقدرة منخفضة على محاربة الالتهابات المنتقلة بالجو. مرة أخرى، فإن الإفصاح عن تاريخك الطبي الكامل هو أمر مهم جداً. لكن ليست كل الالتهابات نتيجة للجراحة. قد تستمر الالتهابات في الحقيقة بعد الجراحة بوقت طويل، خلال فترة الشفاء. إن اتباع تعليمات الجراح لا

تساعدك فقط على تحاشي خطر الالتهابات، بل سوف تمكنه أو تمكنها من تشخيصه باكراً عندما يكون التحكم بها أكثر سهولة.

انسداد الأوعية الدموية: إن جلطات (تخثر) الدم التي تظهر في الرجلين خلال أو بعد الجراحة هي من بين أكثر المضاعفات خطراً التي يمكن أن تحدث مع أي نوع من العمليات الجراحية. قد تتسبب هذه الجلطات بانسداد في أوعية الدم الرئوية (انسداد شريان الرئة) ويمكن أن تكون مميتة. إن اختيار المريض بعناية عبر تقييم حالته الصحية الحالية واستعماله للأدوية والملحقات وعادات التدخين والتاريخ الصحي وتاريخ العائلة الصحي قد يساعد على تحديد المرضى المعرضين لخطر كبير. يمكن اتخاذ تدابير معينة لتقليص خطر جلطات الدم، أو قد تقررين أنت أو الجراح أن خطر الجراحة مرتفع جداً ولذلك من الأفضل عدم الخضوع لها. يمكنك تأمين سلامتك بالإفصاح عن تاريخك الطبي بأكمله واتباع كل التعليمات المعطاة لك.

بالنسبة للعمليات الطويلة، يجب استعمال ربطات ضاغطة مثل جوارب TED أو أحذية مقطعية ضاغطة للمساعدة على منع الانسداد. اسألي ما إذا كان جراحك يستعمل أي نوع من المعدات الضاغطة.

التخدير: قد تتراوح ردات الفعل على التخدير بين انزعاج أو مضايقة خفيفة في مكان تخدير محلي حتى تصل إلى عدم اتساق النبض وقد تصل إلى الموت. لكن معدات التخدير الحديثة جعلت الجراحة مع البنج والتخدير العام أسلم بكثير من السابق. إذا أجريت الجراحة في مرفق معترف به فإن معدات هذا المرفق تكون خاضعة لتفتيش دوري لتأمين عملها بشكل صحيح. سوف يكون هنالك أيضاً منهجية للنقل المباشر إلى أقرب مستشفى إذا حصلت أي مشكلة خطرة.

النتائج الإجرائية: سيتم في هذا الكتاب التعريف وبدقة بكل أخطار العلاجات المتعلقة بالنتائج الإجرائية. ما عليك فهمه هو أن خطر انسداد الأوعية الدموية أو الالتهابات أو الأخطار المتعلقة بالتخدير ليست أكثر على مرضى الجراحة التجميلية مما هي على أي مريض يخضع لأي جراحة أخرى.

الخطر العام

تبين إحصاءات معدل الوفيات أن الجراحة التي تجرى في مرفق طبي

معترف به هي آمنة مثلها مثل التي تجرى في المستشفى. وبناءً على دراسة أجريت في العام 1997 من قبل مجموعة مستقلة من الأطباء المنتمين للجمعية AAAASF والتي نشرت في الصحيفة الطبية *Plastic and Reconstructive Surgery* تبين أن:

- معدل المضاعفات الخطرة لعمليات الجراحة التجميلية في مرفق جراحي معترف به هو أقل من نصف بالمائة (0.5%).
- معدل الوفيات كان 1 من 57000 حالة.
- تم التبليغ عن 0.074% حالة التهاب من الحالات كلها.

دعت الحاجة إلى تحويل 0.12% من المرضى إلى المستشفيات.

إن الأشخاص الذين يتمتعون بصحة جيدة يواجهون مضاعفات أقل. إن أحد أهم الاعتبارات التي تتعلق بسلامتك خلال الجراحة التجميلية هو التصريح كلياً عن تاريخك الصحي. عليك أيضاً تقييم تاريخك الصحي من قبل جراح مؤهل.

30. لماذا أحتاج إلى فحوصات جسدية أو لجريان الدم أو فحوصات ما قبل العملية؟

إذا كنت ستخضعين إلى إجراء جراحي يتطلب تخديراً عن طريق الأوردة أو تخديراً عاماً، عليك الخضوع إلى فحوصات تشخيصية ما قبل العملية الجراحية. وتجرى هذه الفحوصات للكشف عن المشاكل الصحية أو مشاكل النزيف ويمكن تغطيتها بتأمينك.

الفحوصات التشخيصية قد تتضمن:

- تعداد كريات الدم ((CBC، كيمياء الدم، فحوصات تجلط أو تخثر الدم، وفحوصات الأمراض المعدية (مثل التهاب الكبد وفيروس فقدان المناعة HIV).
- اختبار الحمل.
- صورة للصدر بأشعة أكس وصورة بيانية لعمل القلب أو التخطيط (ECG) بعد سن معينة، أو إذا كان هنالك مرض قلب أو رئة سابق.
- صورة للثدي بأشعة أكس للنساء ما فوق سن الثلاثين اللواتي سيخضعن

لجراحة في الثدي. (بالنسبة للنساء اللواتي سيخضعن لزرع الثدي لتكبيره، فإن صورة للثدي بأشعة أكس ستمثل مرجعاً مهماً للمقارنة في المستقبل).

بالإضافة إلى ذلك، فعلى المرضى الذين لديهم مشاكل طبية معروفة أو الذين تخطوا سناً معينة أن يحصلوا على تقرير من طبيب الأمراض الباطنية أو الطبيب العام يمنحهم فيه تصريحاً طبياً لإجراء الجراحة.

لا تنظري إلى الفحوصات التشخيصية على أنها دون جدوى أو أنها مصاريف غير ضرورية. إن الفحوصات الطبية تمنح الأمان للجراح بأنه لا يتسبب بأي ضرر لك بإجرائه هذه الجراحة. بالإضافة إلى ذلك، قد تبين فحوصات المختبر مشاكل طبية كامنة والتي ممكن معالجتها إذا حددت باكراً (مثل ارتفاع الكولسترول).

31. ما الذي أستطيع القيام به لتخفيض فرص المضاعفات؟

إن اختيار جراح مؤهل ومرفق جراحي معترف به يقللان من فرصة حدوث المضاعفات. لكن أنت أيضاً عليك التزامات كمريضة. إن التزاماتك كمريضة جراحة تجميلية سيحددها الطبيب بعناية وهي تشمل، ولكن ليست محدودة بالتالي:

- التصريح بشكل صحيح وكامل عن كل الأمراض المزمنة أو الخفيفة أو الحالة الطبية مثل التهاب مجرى البول (UTI) أو الطفح الجلدي.
- التصريح بشكل صحيح وكامل عن تاريخك الطبي والتاريخ الطبي لعائلتك المباشرة.
- التصريح بشكل صحيح وكامل عن كل نواحي أسلوب حياتك، مثل التدخين واستهلاك الكحول، واستعمال الأدوية المألوفة والأدوية الأخرى واستعمال الفيتامينات والمقويات العشبية.
- الاستماع بدقة للتعليمات وعلامات المضاعفات التي شرحت لك.
- اتباع التعليمات للممنوعات والمشتريات لما قبل العملية والفحوصات التشخيصية وسواها.
- التصريح عن أي أمراض غير متوقعة، ارتفاع في الحرارة حالة الجلد أو أي أعراض أخرى التي قد تظهر قبل الجراحة. وهذه قد تتطلب تأخير الجراحة.

- قراءة وفهم التعليمات اللاحقة فيما يختص بالعناية بالجرح والممنوعات والأدوية وسواها.
- تفهم كل المعلومات فيما يختص بالمضاعفات ما قبل العملية حتى تعلمي ما عليك انتظاره ومتى يتوجب عليك الاتصال بطبيبك لاحقاً.
- معرفة وإبلاغ طبيبك عن أي مشاكل خطرة بأسرع وقت ممكن.
- الحضور إلى كل المواعيد المحددة قبل وبعد العملية.

إن *المرشح* الجيد للجراحة التجميلية هي التي تكون محفزة برغبتها الشخصية والتي لديها توقعات واقعية وتتمتع بصحة جيدة. ما يجعلك *مريضة* جيدة هو تقبلك مسؤولية صحتك وسلامتك. يجب اتباع تعليمات طبيبك بدقة وإبلاغه مباشرة إذا ظهرت عندك مشاكل طبية إما قبل جراحتك أو بعدها.

32. لماذا أبلغوني بعدم التدخين أو تحاشي تناول فيتامينات وأدوية معينة؟

تتدخل بعض المواد بمسار الشفاء أو الجراحة. عليك التوقف عن التدخين قبل الجراحة التجميلية والتوقف عن تناول بعض الأدوية والفيتامينات (مع موافقة طبيبك).

التدخين: تحتاج الخلايا البشرية إلى الأوكسجين لتعيش وتتوالد والاثنان عاملان مهمان في التئام الجرح. إن التدخين يقلل من كمية الأوكسجين المستعمل في الدم ويعيق الشرايين وبذلك لا تصل الكمية الصحيحة من الدم إلى الخلايا. وخلال الجراحة يقل عدد الشرايين التي توصل الدم إلى الجرح. لذلك، فالتدخين والجراحة سوياً يحرمان بعض الخلايا من الأوكسجين فتموت. وتكون النتيجة أنسجة لا تلتئم والتهاب وندوب كبيرة وقبيحة. أكثر من ذلك يقلل التدخين أيضاً من سعة الرئتين وإذا كان عليك استخدام البنج أو التخدير العمومي فقد ينتهي بك الأمر إلى مواجهة مشاكل تنفس خطرة جداً بما فيها الالتهاب الرئوي.

لذلك عليك التوقف عن التدخين عدة أسابيع قبل أي إجراء جراحي ولعدة أسابيع بعدها. إذا لم تتمكني من التوقف عن التدخين لوحدك، أطلبي المساعدة من أحد أو قومي بإلغاء الجراحة.

الأدوية: سوف يمنحك الجراح على الأرجح لائحة بالأدوية التي يجب عدم تناولها قبل الجراحة. إذا كان بعضها وصفات طبية فعلى الطبيب الذي وصف لك هذه الأدوية السماح لك بالتوقف عن تناولها. ربما كان عليه أو عليها منحك تصريحاً طبياً قبل الجراحة.

33. هل أستطيع اختيار مكان تنفيذ الجراحة؟

يكون عامة عند طبيبك مكان مفضل لإجراء الجراحة لك. إذا منحت الخيار، وكانت السلامة ليست موضوع الشك، تأكدي عندئذ من معرفة التكاليف.

خيارات الإبلال: سوف يعرض عليك عامة عدة خيارات فيما يختص بالشفاء. إن القليل من العمليات تتطلب في هذه الأيام ملازمة المستشفى ليوم واحد فقط. يمكنك في معظم الحالات استعادة عافيتك براحة في المنزل أو في فندق مع مساعدة صديق أو فرد من العائلة أو توظيف شخص مهني.

قد ينصح الجراح بمرفق عناية لما بعد العملية بحيث يشعر أنه آمن ومناسب. يمكنك هنا استعادة عافيتك في جو مريح وخاص مع بعض العناية التمريضية. إن فكرة زيارة المرفق رأساً وطرح أسئلة حول الخدمات ووسائل الراحة والتكاليف هي فكرة جيدة. يمكنك بعد ذلك اتخاذ القرار، وبالطبع، بناءً على توصية طبيبك.

ما نوع التخدير الذي سوف يستعمل؟

إن نوعية التخدير المستعمل في الجراحة التجميلية يعتمد على عمق ومدى الجراحة وعلى صحتك. سوف يعطيك الجراح توصياته وقد تتوفر لك خيارات في بعض العمليات. أو يمكن لطبيب التخدير أو ممرضة التخدير تقديم توصياتهما. عليك أيضاً معرفة مؤهلات الشخص الذي سوف يقوم بتخديرك. يجب أن يكون طبيب تخدير (دكتور طب) أو CRNA (ممرضة تخدير مسجلة ومعترف بها).

أنواع التخدير المستعملة في الجراحة التجميلية تتضمن:

- عبر الفم.
- الفوقية (الكريم أو الجل).
- المحقونة (موضعية أو كلية).

- التسكين بواسطة المصل (تستعمل مع مواد التخدير المحقونة).
- العام (مع أو بدون أنبوب في المريء).

يجب مناقشة خيارات التخدير مع جراح التجميل الخاص بك قبل الجراحة.

35. هل أستطيع اختيار نوع التخدير المستعمل؟

قد يعطيك جراح التجميل بعض خيارات التخدير بناء على العملية التي ستنفذ. مثلاً، يمكن تنفيذ بعض العمليات بالتخدير العام أو بالتخدير الموضعي مع تسكين بالمصل (مثل شد الوجه) وعليك في هذه الحالة أن تقرري نوع التخدير في هذه الحالات. على أي حال إذا كان طبيبك يفضل نوع تخدير على نوع آخر، يجب بشكل عام استعمال نوع التخدير الذي يفضله هو أو هي.

تجرى عامة العمليات الأخرى بواسطة التخدير الموضعي لوحده. لكن إذا كانت الجراحة تخيفك، يمكنك أن تطلبي تناول الدواء المسكن مثل الفاليوم أو أي مسكن آلام آخر قبل الجراحة. إذا كنت تخافين من الإبر وحددوا موعد عملية جراحية بسيطة، يمكن أن تطلبي استعمال كريم تخدير قبل أخذ أي حقنة.

القسم السادس

أساسيات الجراحة التجميلية

ما هو إغلاق الجرح وإعادة الأنسجة إلى أماكنها؟

هل تعتبر إزالة الجلد المتضرر جراحة تجميلية؟

كيف تتعامل الجراحة التجميلية مع سرطان الجلد؟

هل يمكن إزالة أو كشط الندوب؟

وأكثر...

إن كل الجراحات التجميلية (عدا العلاجات غير الجراحية) تتضمن إجراء قص (استئصال) وإغلاق الجروح التي تعقب ذلك. قد يكون سبب الجروح صدمات خارجية مثل التمزق أو الحروق، أو بسبب الجراحة. بالإضافة إلى أن الجروح قد تؤثر فقط في الجلد أو في العديد من طبقات الأنسجة.

لتفهمي كيف تستطيع الجراحة التجميلية أن تحقق أهدافك، من المهم أن تعرفي القليل عن كيفية إغلاق الجروح. إن التقنيات الخاصة بكيفية إغلاق الجروح هي أساس كل نواحي الجراحة التجميلية وما سوف تتعلمينه في هذا الفصل ضروري لفهم تفاصيل كل عمليات الجراحة التجميلية تقريباً.

36. ما هو إغلاق الجرح وإرجاع الأنسجة إلى أماكنها؟

قد تندمل بعض الجروح من تلقاء نفسها مع عناية مناسبة بالجرح مثلاً، فالجرح السطحي يمكن معالجته بمطهر خارجي. ويمكن معالجة الجروح الأخطر بالطرق التالية:

- إغلاق بسيط للجلد فقط باستعمال الصمغ أو المواد اللاصقة و/أو تقطيبه.
- إغلاق الطبقات التي تشمل الجلد والأنسجة التي تحت الجلد باستعمال قطب داخلية دائمة قابلة للامتصاص، يمكن أيضاً استعمال قطب خارجية (دمج سطحين بالتقطيب) أو الصمغ أو المواد اللاصقة.
- حاشية من الأنسجة تتألف من الجلد والدهن بحيث يلصق قسم منها بمورد الدم الأصلي لها بينما تنقل بقيتها إلى موقع آخر لتغطية الجرح.
- النسيج المطعّم وهو نسيج مفصول كلياً عن مورد الدم ويوضع على القسم المشوّه أو في داخله.

الحواشي: عندما يكون الجرح كبيراً جداً لإغلاقه مبدئياً (إغلاق بسيط أو إغلاق الطبقات) أو عند الحاجة إلى تغيير الاتجاه (للحصول على أفضل وضعية للندب)، تدعو الحاجة إلى إحضار أنسجة جديدة للتشوه (الجرح). إن الحواشي توفر هذه الأنسجة مع مورد دم جديد بحيث تندمج مع الأنسجة المحيطة السليمة.

هنالك عدة أنواع من الحواشي حسب الموقع ومورد الدم:

- إن الحاشية المحلية هي الأنسجة السليمة (جلد ودهن) الموجودة بالقرب من الجرح والتي تنقل لتغطية التشوّه. تشمل الأمثلة على ذلك تقنيات نقشية مثل Z-plasty و W-plasty أو حاشية التعزيز V-Y (تسمى هذه الحواشي حسب شكل الندب الذي ينشأ).
- إن الحاشية البعيدة هي الأنسجة السليمة البعيدة عن الجرح والتي تنقل من فوق أو تحت الأنسجة المتداخلة لتغطية التشوه. مثال على ذلك يجب أخذ حاشية مأخوذة من الجبين لتغطية جرح في رأس الأنف.
- الحاشية الحرة هي أنسجة سليمة بعيدة جداً عن الجرح ولها شرايين تغذية يمكن وصلها مع شرايين مماثلة متاخمة للجرح. إن الحواشي الحرة تتطلب تقنيات جراحية دقيقة لوصل هذه الشرايين (والأعصاب). مثلاً يمكن أن تستعمل حاشية أحد الردفين لإعادة بناء الثدي.
- تتألف الحاشية المركبة من جلد ودهن مثل الحواشي الأخرى لكن تشمل أيضاً أنسجة أكثر عمقاً مثل العضل أو الغضروف. إن أكثر الأنواع استعمالاً هي حاشية الجلد العضلي بحيث يأتي معظم مورد دم الحاشية من الشرايين التي تغذي العضلة. يمكن أن يكون هذا النوع من الحواشي محلياً أو بعيداً أو حراً. يمكن استعمال حواشي الجلد العضلية من الظهر أو البطن أيضاً في إعادة بناء الثدي.

الأنسجة المطعّمة: النسيج المطعّم هو نسيج يفصل كلياً عن مورد الدم ويستعمل لتغطية أو ملء التشوه. يتقبل النسيج المطعّم مورد الدم من الأنسجة المحيطة به أو الموجودة تحته في موقعه الجديد. في بعض الحالات يمكن استعمال الحواشي مع الأنسجة المطعّمة لجلب مورد دم جديد. تعرّف الأنسجة المطعّمة بنوع الأنسجة المستعملة:

- يمكن وضع الأنسجة المطعّمة للجلد ذات السماكة الكثيفة أو القليلة على جرح مفتوح إذا كان ما تحت الجرح أحمر وسليماً.
- يمكن استعمال الأنسجة المطعّمة ذات الأنسجة الناعمة الموجودة تحت الجلد لملء تشوّه الأنسجة الناعمة. يمكن استعمال الأنسجة التي تغلف العضل الخاص بالشخص نفسه والدهن كأنسجة مطعّمة ذات أنسجة ناعمة.

- يمكن أخذ الأنسجة المطعّمة الغضروفية من مواقع متعددة (مثل الأنف أو الأذن أو الضلع) لتوفير حشوة بفعالية قصوى. مثلاً لتقوية رأس الأنف يمكن استعمال الحاجز الأنفي أو غضروف الأذن.
- يمكن أخذ الأنسجة المطعّمة العظمية من عدة أماكن (الورك أو الجمجمة الخارجية أو الضلع) لتقوية منطقة محددة. تستعمل في بعض الأحيان لإعادة بناء هيكل الوجه.
- تحتوي الأنسجة المطعّمة المركبة على نوع أو نوعين من الأنسجة التي يمكن استعمالها عند الحاجة إلى حشوة أكثر سماكة أو لحشو أنسجة ناعمة وهيكل داعم. مثلاً يمكن أخذ جلد وغضروف من الأذن لاستبدال قسم أزيل من الأنف بعد جراحة للسرطان.

يمكن استعمال المواد الاصطناعية مكان الأنسجة المطعّمة في بعض الحالات. بما أن مصدر هذه المواد ليس من جسمك الخاص، فيشار إليها على أنها مواد مزروعة وليست أنسجة مطعّمة. في الفصول اللاحقة موضح تماماً عن المواد المزروعة في الوجه والمحقونة أو حشوات الأنسجة الناعمة المحشوة.

إن تقنيات العناية بالجروح في الجراحة التجميلية كانت في العام 2003 تستعمل لمعالجة حوالي 500000 حالة تصحيح تمزق وعضّات حيوانات وعلاجات حروق كما صرحت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل.

سوف يستعمل الإغلاق الأولي والحواشي و/أو الأنسجة المطعّمة في كل العمليات التي سنناقشها في الفصول التالية من هذا الكتاب. مثلاً شد الوجه يتطلب حواشي من الجلد وأنسجة تحتية. ويتطلب تصغير الثدي حواشي موضعية من الجلد وحواشي بعيدة لإعادة تثبيت مكان الحلمة والحلقة الملونة حول الثدي. يتم عند ذلك إغلاق الجروح بإغلاق بسيط أولي أو إغلاق الطبقات. عند فهم فكرة إغلاق الجرح وإعادة تثبيت الأنسجة، قد تقدرين أكثر كيفية عمل الجراحة التجميلية لتحقيق أهدافك.

عند مناقشة الجروح الناتجة عن الجراحة وكيف تم إغلاقها، من السهل البدء بعلاجات ندوب وتضرر الجلد. ينشأ الجرح في كلا الحالتين بواسطة "الاستئصال" الذي يتطلب لاحقاً إغلاقاً.

37. ما هو تضرر أو ندوب الجلد وكيف تعالج بالجراحة التجميلية؟

إن تضرر الجلد هو تعبير غير محدد مستعمل لشرح منطقة غير طبيعية من الجلد مثل الورم أو الثؤلول أو الكيس أو المنطقة المخضبة. يمكن تصنيف تضرر الجلد ضمن إحدى الفئات التالية بناء على التقييم التحليلي و/أو المجهري:

- الحميد: تضرر من دون خلايا غير طبيعية مثل الكيس أو الشامة أو الورم الدهني (ورم أنسجة دهنية).
- ما قبل – الخبيث: تضرر ما زال يعتبر حميداً لكن يوجد فيه خلايا ليست بالضبط طبيعية. إذا تركت على ما هي عليه، فقد تتحول إلى خبيثة (سرطانية) على الأكثر في وقت من الأوقات. تشمل الأمثلة على ذلك النسيج القرني الأكتيني (تضرر أحمر حرشفي سببه التعرض لأشعة الشمس) و dysplastic nevus (الشامة ما – قبل الخبيثة).
- الخبيث: تضرر ذو خلايا سرطانية. إن الخلايا السرطانية هي خلايا غير طبيعية تأخذ مكان الخلايا الطبيعية، تهاجم وتدمر المناطق المحلية وأحياناً تهاجم أعضاء أخرى من الجسم.

يشمل التضرر السرطاني في الجلد:

- سرطان الخلايا الأساسي: أخف وأكثر سرطانات الجلد شيوعاً. قد تنتشر هذه وتدمر الأنسجة المحلية لكن نادراً ما تنتشر إلى أماكن بعيدة.
- سرطان الخلايا المحرشف: إن هذا النوع من السرطان الجلدي ينتشر محلياً بطريقة أسرع وينتشر إلى الأماكن البعيدة.
- الورم الفتاميني: خبيث جداً وهو أخطر أنواع سرطان الجلد وينتشر إذا لم تتم معالجته باكراً.

كيفية علاجها: التضررات الحميدة وما – قبل الخبيثة

إن التضررات الحميدة تكون عامة غير مؤذية لصحة الشخص. لكن قد تكون قبيحة أو غير مريحة. قد تختفي بعض التضررات الحميدة ببساطة أو قد يزيلها نظام المناعة الخاص بالجسم. على أي حال أي تضرر له فرصة بأن يصبح خبيثاً

(ما قبل – السرطاني) يجب أن يعالج بمكافحة أشد. إذا كان التضرر قبيحاً فقط، أو إذا كان يتغير، ينصح بإزالته. يمكن استعمال علاج واحد أو أكثر من العلاجات التالية:

- الموضعي: قد تستأصل الكريمات (تزيل أو تتلف وظيفة) تضررات حميدة وما قبل سرطانية معينة.
- التدمير: الحرق أو الليزر أو المعالجة بالتبريد (استعمال التبريد في العلاج).
- استئصال مع تصحيح أولي: إغلاق بسيط أو إغلاق الطبقات.
- استئصال مع تصحيح معقد: حواشي و/أو أنسجة مطعّمة.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن التضرر الذي قد يكون خبيثاً يجب أن يتم فحصه ومعالجته من قبل جراحي التجميل المعتمدين من قبل المجلس، أو جراحي تجميل الوجه أو طبيب جلد خبير بتشخيص ومعالجة سرطان الجلد.

إن الضرر الذي قد يكون خبيثاً قد تدلّ عليه:

- قشور لا تلتئم.
- تغيير في المظهر أو اللون أو الملمس أو الحجم.
- عدم راحة.

يشار إلى الطريقة الرائجة لتحديد التضرر الذي يجب فحصه أكثر من قبل الطبيب بـ "ألف باء سرطان الجلد":

- **A**: الذي يشير إلى الكلمة Asymmetry، أي عدم التناسق، حيث لا يتماثل نصف التضرر مع النصف الآخر.
- **B**: الذي يشير إلى الكلمة Border، أي الحدود، حيث تكون أطراف النمو وعرة أو مسننة أو غير واضحة.
- **C**: الذي يشير إلى الكلمة Color، أي اللون، حيث يكون اللون غير متناسق خصوصاً إذا كان هنالك لون أحمر أو أسود أو أزرق. يمكن أن تتواجد درجات من الحنطي والبني والأسود.

- **D**: الذي يشير إلى الكلمة Diameter، أي القطر، أو إذا كان عرض التضـــرر أكثر من 6 مليمترات (حوالي حجم ممحاة قلم الرصاص) أو أي نمـــو جديـــد للتضرر والذي كان ثابتاً من قبل.

إذا كان لديك أية أسئلة أو استفهام حول التضرر من أي نـــوع، مـــن المهـــم استشارة الطبيب المؤهل بأسرع وقت ممكن للحصول على العلاج المناسب.

التزاماتك

إن النتيجة الناجحة لعلاج أي تضرر يتطلب منك اتباع كل تعليمـــات جـــراح التجميل الخاص بك للعناية بالجرح بعد العملية. وهذا قد يشمل التنظيف واســـتعمال المراهم وعدم التعرض لأشعة الشمس. وقد تحتاجين لاحقاً إلى جل مادة الســـيلكون أو تغطيته لمنع زيادة سماكة الندوب.

أهدافك

إن أهدافك لنتائج إزالة التضرر يمكن أن تختلف بـــالنوع والحجـــم وموقـــع التضرر نفسه. وعلى أي حال، لإزالة أي نوع مـــن التضرر هنالك جرح يتطلب إحداثه والجرح يتـــرك ندوباً. إن هذه الأمور غير واضحة في العديـــد مـــن الحالات لكن هنالك دائماً إمكانيـــة حـــدوث نـــدوب مرئية.

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل في العام 2003 عن حوالي 4.5 ملايين حالة إزالة أورام بما فيها أورام الجلد.

38. كيف يعالج سرطان الجلد؟

لقد تمّ تدريب جراحي التجميل المعتمدين من قبل المجلس وجراحـــي تجميـــل الوجه وأطباء الجلد على التحديد سريرياً الأورام التي يمكـــن أن تكـــون ســـرطاناً جلدياً. على أي حال فإن الطريقة الوحيدة لتحديد إمكانية وجود السرطان وبدقة هي بإزالة قسم من النمو (فحص أحيائي) أو كل النمو وفحص الأنسجة تحت المجهـــر (عادة من قبل طبيب الأنسجة "باثولوجي").

هل يغطيك التأمين؟

يمكن معالجة سرطان الجلد بعدة طرق ويكون العلاج مغطى عادة (جزئياً

أو كلياً) من قبل شركة التأمين. تطلب بعض الشركات موافقة مسبقة للاستئصال الجراحي المعقد (مثل جراحة Moh المشروحة على الصفحة التالية) أو للاستئصال مع إعادة بناء معقد. إن خيارات العلاج المناسب لسرطان الجلد تحدد بنوع السرطان وحجمه وموقعه. يجب مناقشة هذه الخيارات مع طبيبك.

إن سرطان الجلد هو من أكثر أنواع السرطان شيوعاً في العالم. أبلغت الجمعية الأميركية للجراحة الجلدية عن 1.6 مليون علاج لسرطان الجلد تمت معالجتهم من قبل أعضائها عام 2003. لقد كتب كتاب كامل عن علاج سرطان الجلد وهو جزء من سلسلة الكتب التي ينتمي إليها هذا الكتاب. لمعرفة أكثر عن تشخيص سرطان الجلد وعلاجه ومنعه اسألي طبيبك عن الكتاب "100 سؤال وجواب حول سرطان الجلد" أو زوري الموقع www.jbpub.com للحصول على معلومات أكثر حول هذا الكتاب.

كيف يتم العلاج؟

يمكن معالجة سرطان الجلد بعدة طرق علاج مختلفة بناء على النوع والمكان والخطورة.

يمكن معالجة السرطان السطحي وغير التوسعي بواسطة:

- كريمات موضعية بالعلاج الكيميائي.
- تقنيات استئصال مختلفة باستعمال المبضع أو الكي أو الليزر أو الجراحة بالتبريد. إن الجراحة بالتبريد تجمد تضرر الجلد السرطاني والأنسجة المحيطة. وعند ذلك تموت الخلايا السرطانية وتسقط. إن هذا النوع من العلاج رائج لسرطان الخلايا الأساسي وسرطان الخلايا السطحي المحرشف (الذي لا يجتاح الأنسجة العميقة). إن البديل للجراحة بالتبريد هو استئصال (إزالة) سرطان الجلد بالتفتيت أو إزالة بالكهرباء (التفتيت باستعمال الحرق الكيميائي أو الكهربائي لغلق شرايين الدم بإحكام).
- الاستئصال أو إغلاق الجرح الذي يكون إما بسيطاً أو حواشي طبقات أو أنسجة مطعّمة.
- إن جراحة Moh هي إجراء يستعمل عامة للسرطان الذي تكون أطرافه غير محددة أو عندما يحصل في أماكن حيث يكون كل مليمتر منها مهماً جداً (مثل سرطان جفن العين أو الأنف). يمكن بواسطة هذه التقنية إزالة النسيج طبقة

تلو طبقة وفحصها تحت المجهر في كل مرحلة. إن علاج Moh يمكّن الطبيب من إزالة الأنسجة السطحية الميتة وتحديد ما إذا كانت الخلايا السرطانية موجودة في الأنسجة التحتية. ولها حسنتان: أولاً هنالك فرصة كبيرة بإزالة كل الخلايا السرطانية وبذلك قد ينجح العلاج. ثانياً: تتم إزالة أقل كمية من الخلايا السليمة وبذلك تكون نتيجة إعادة البناء نتيجة جميلة ومرضية. إن تشخيص تجميد قسم من الخلايا هو تقنية مماثلة لتقنية Moh ومع ذلك ليست دقيقة في حالات الأورام المحددة بطريقة رديئة.

هنالك حالات ينتج فيها عن إزالة سرطان الجلد جروح قبيحة جداً. قد تتأثر في بعض الحالات أقسام كبيرة من هيكلية الوجه بما فيها غضروف الأنف أو الأذن. يتم في هذه الحالات الاستئصال ثم إعادة البناء في العملية نفسها أو قد تتم إعادة البناء لاحقاً.

إن إعادة بناء الجرح بعد استئصال سرطان الجلد هو عمل مخصص مثل أي علاج جراحة تجميلية. يمكن استعمال التقنيات المختلفة لإغلاق الجرح لوحدها أو بالاشتراك فيما بينها سوياً، وقد يتطلب الأمر في بعض الأحيان مرحلتين أو أكثر




الرسم 1. حاشية محلية لإعادة بناء تشوه من سرطان الجلد. إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج المنفردة. مقدم بإذن من الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ®. كل الحقوق محفوظة. تعلمي أكثر على الموقع *www.plasticsurgery.org*.

(علاجات ضمن فترات زمنية بين الواحدة والأخرى). إذا تطلب الأمر نوعاً متطوراً من علاج سرطان الجلد مثل الجراحة أو إعادة البناء حسب طريقة Moh بالرسم المجهري بعد العلاج، تأكدي من أنك اخترت الجراح المعتمد من قبل المجلس أو جراح تجميل للوجه أو طبيب أمراض جلدية لديه خبرة في معالجة سرطان الجلد ويستعمل تقنيات إعادة بناء متخصصة. قد يعمل في بعض الأحيان عدة جراحين كفريق عمل واحد. مثلاً، خلال الجراحة Moh يزيل جراح الأمراض الجلدية الورم ويقوم جراح التجميل بإعادة بناء الجرح.

إن الكلية الأميركية لجراحة Moh بالرسم المجهري لديها لائحة بالأعضاء العاملين (أطباء متدربين ما بعد الإقامة) والذين أنجزوا بنجاح عضوية معتمدة في جراحة Moh. زوروهم على الموقع *www.mohscollege.org*.

39. هل يمكن إزالة أو كشط الندوب؟

إن تنقيح الندوب هو الجراحة التجميلية لتحسين مظهر الندوب القبيحة وغير المرغوب بها. وفي الوقت الذي يحدث تنقيح الندوب تحسيناً جذرياً في شكل وحالة الندوب لكن لا يمكن كشط أي ندب كلياً.

يمكن إجراء تنقيح الندوب على كل الندوب تقريباً بما فيها تلك المسننة أو المرتفعة أو الحمراء أو المستحكة للجلد أو المجعدة أو المتقلصة. إن أفضل من يقوم بتنقيح الندوب هم جراحو التجميل المعتمدون من قبل المجلس أو جراحو تجميل الوجه أو في بعض الأحيان أطباء الأمراض الجلدية أو الجراحة العامة. يكون التنقيح في بعض الأحيان إجراءً بسيطاً يمكن تنفيذه في عيادة خارجية. وعلى أي حال ففي حالة الندوب الكبيرة، مثل تلك الناتجة عن الحروق والصدمات القوية الأخرى، فقد تستدعي الحاجة إلى استعمال تقنيات الأنسجة المطعّمة و/أو الحواشي والتي تتطلب استشفاء.

هل يغطيك التأمين؟

قد تعتبر بعض عمليات تنقيح الندوب إعادة بناء وعلاجاً تغطيه شركات التأمين. تأكدي مسبقاً من شركة التأمين التي تتعاملين معها قبل إجراء العملية.

المرشحون الجيدون

يمكن تنفيذ عمليات تنقيح الندوب على أي شخص سليم. إن المرضى الذين لديهم مرض جلدي ناشط أو أي اضطراب في المناعة قد يكون لديهم قدرة شفاء ضعيفة قد تؤثر على النتائج. بالإضافة إلى ذلك، إن أنواع الجلد المختلفة لها ندوب مختلفة. لذلك، فقد يحدد نوع ولون جلدك نوع إجراء تنقيح الندوب الموصى به لك.

كيف يتم التنقيح

يمكن تنفيذ تنقيح الندوب باستعمال مجموعة متنوعة من التقنيات والعلاجات. قد يجري العلاج على مراحل أو مرة واحدة.

العلاجات الموضعية: يمكن استعمال التغليف بمادة السليكون والأشرطة الخاصة والمراهم والجل لتحسين مظهر وملمس الندوب المتشكلة جديداً. إن تغليف السليكون والأشرطة تكبس الندب وتحافظ على الرطوبة وبذلك يمكن تصغير الندوب السميكة أو حتى منعها. إن هذه الأشرطة والجل تقوم أيضاً بتنقية لون وملمس الندوب لتتوافق أكثر مع الجلد السليم المحيط.

علاجات الحقن: إن حقن أنواع مختلفة من الكورتيزون قد تسطح الندب المرتفع والقاسي. كما أن الحشوات المحقونة قد تحسن حالة الندوب العميقة أو الانخفاضات في الجلد (راجعي السؤال 83).

إعادة تسطيح الجلد: تحسن هذه التقنية مظهر ندوب حب الشباب الخفيفة والندوب السطحية الأخرى. إن الاستئصال بالليزر والتقشير الكيميائي وبري الجلد تكون نافعة عامة للندوب المرتفعة أو المنخفضة قليلاً عن سطح الجلد. اقرئي الأسئلة المعينة حول كل من هذه العمليات في القسم 11 لمعلومات أكثر.

استئصال الندوب: يعني هنا الاستئصال قص الأنسجة. يمكن تصحيح الندب بطبقة واحدة أو أكثر. إذا دعت الحاجة إلى تغيير اتجاه الندب أو إذا لم يتوفر الجلد السليم للتصحيح المباشر، قد يستدعي الأمر استعمال تقنيات الحواشي أو أنسجة الجلد المطعّمة كما هو مشروح في السؤال 36. إذا لم تتوفر أنسجة كافية لتغطية الجرح بحاشية، قد يلزم الأمر إجراءً على مراحل باستعمال تقنية تمديد الأنسجة. إن تمديد الأنسجة تقنية لتوليد جلد سليم بقرب مكان الجرح قبل الاستئصال. إن تقنية تمديد الأنسجة جراحياً تتضمن وضع جهاز على شكل بالون تحت الجلد مع

صمام صغير بالقرب من سطح الجلد. مع الوقت وبعد عـدة زيـارات لطبيبـك، سيمتلئ البالون بسائل معقم. إن هذا سوف يمدد ويزيد النسيج الفوقي. حالما تتـوفر الكمية اللازمة من الأنسجة، يتم استئصال الندب ويغلق بحاشية أو بشكل مباشر من النسيج السليم الذي تم تمديده.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن كل تقنية لتنقيح الندوب تحمل معها مجموعة من المضاعفات. قد ينتج عن كل أنواع تنقيح الندوب ندوب جديدة ليست أفضل من الندوب الأصلية. وقد يتطلب الأمر في بعض الأحيان أكثر من إجراء واحد.

التزاماتك

اتبعي كل تعليمات طبيبك بالأخص فيما يتعلق بمسائل أسلوب الحياة مثل التدخين والتعرض للشمس وذلك للحصول على أفضل نتائج بشأن تنقيح ندوبك. وفـي الوقـت الذي قد يكون ارتداء الغلاف الضاغط أو الأشرطة وتذكّر استعمال الجـل، كمـا تـم التوجيه إليه، متعباً ومرهقاً، إلا أن هذه الأشياء تؤثر في نتيجة تنقيح الندوب.

أهدافك

إن تنقيح الندوب هو أمر دائم بشكل عام والندوب تتحسن مع الوقت والسـن. إن الاستثناء الوحيد يحدث مع المرضى الذين لديهم كيلويدز وهي ندوب كبيرة جداً وسميكة تجتاح الأنسجة المحيطة وقد تسوء مع الوقت. قد لا تستجيب هذه الأنـواع من الندوب بشكل جيد لأي علاج وهي رائجة بين أصحاب البشرة الداكنـة مثـل الأفريقيين – الأميركيين أو الآسيويين.

أيضاً ومع أي ندب جديد فإن التعرض للشمس قد يؤدي إلى اصـطباغ غيـر طبيعي وقد يكون دائماً. إن تنقيح الندوب قد يكون إجراءً بسيطاً أو معقـداً وهـذا يعتمد على حجم وشكل ومكان الندب الخاص بك. وعلى الرغم من أن تنقيح الندب قد يكون إجراءً صغيراً فهو عامة إجراء يرضي المرضى كثيراً.

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل في العام 2003 عن ما فوق 232.000 عملية تنقيح ندوب اعتبرت إعادة بناء. أما الحالات الإضافية من تقنيات الحشو المحقون وإعادة التسطيح لتحسين الندوب بهدف التجميل فهي ليست من ضمن هذه الأرقام.

القسم السابع

جراحة الثدي التجميلية

ما هي جراحة الثدي التجميلية؟

ما هو الفرق بين غرسات الأنسجة الحية المحشوة بمادة السليكون والمحلول المالح؟

ما هي إعادة ترميم الثدي؟

ما هي المخاطر الصحية في مثل هذا النوع من الجراحة التجميلية؟

وأكثر...

إن أحد أهم معالم جسم المرأة هما الثديان. حتى بعد ارتداء الملابس فـإن مظهر وشكل الثديين يميزان الرجل عن المرأة ويحددان جداً شكل المـرأة. إن موضوع ثديي المرأة هو موضوع خاص جداً لكن ولذلك فإن جراحة الثدي هي من أكثر المواضيع المناقشة في عمليات الجراحة التجميلية. إذا كنت تفكـرين بإجراء جراحة تجميلية للثدي، فإن المحاضرات العامة ليست المكان الأنسـب للحصول على معلومات محددة لتحقيق أهدافك. عليك استشارة جـراح تجميـل معتمد من قبل المجلس وخبير بجراحة الثدي للحصول على معلومات وأجوبـة لأسئلتك.

إن جراحة الثدي التجميلية تستطيع أن تغير شكل وحجم ومظهر ثـدييك. كما أن الجراحة أيضاً تستطيع أن تعيد الشكل الطبيعي للثدي المشوّه وتحسّـن شكل الثديين غير المتناسقين بالحجم مع بعضهما بعضـاً أو مـع جسـمك. إن جراحة الثدي التجميلية تتطلب من المرأة الاسـتثمار مـن الناحيـة الجسـدية والعاطفية والمالية لتغيير شكل ثدييها. إنها دون منازع مرضية للمـرأة التـي لديها الحوافز الصحيحة والتوقعات الواقعية والتي تبحث عن النتائج لمدى العمر وليس للحظة آنية.

40. ما هي جراحة الثدي التجميلية؟

يمكن أن تكون جراحة الثدي التجميلية مثل أي عملية تجميل جراحية، عمليـة إعادة بناء (لاستعادة مظهر طبيعي أكثر) أو تجميلية (لتحسين المظهر).

الجراحون المؤهلون

إن جراحي التجميل المعتمدين من قبل الجمعية الأميركية لجراحي التجميل هم الجراحون الوحيدون المؤهلون لإجراء جراحة الثدي. لا يوجد اختصـاص واحـد خصصت تدريباته بالتحديد في عمليات الجراحة التجميلية للثدي.

عند اختيار جراح تجميل لتنفيذ أي فئة من جراحة الثدي، اختاري أي شخص يكون أكثر من مناسب ومؤهل وخبير. يجب أن يحس جراح التجميل الخاص بـك باحتياجاتك وعليه أن يكون صريحاً حول خياراتك وواقعياً عنـد تعريـف النتـائج الممكنة. إن كل أنواع الجراحات التجميلية تتضمن الخطر والمضاعفات والنتـائج

الثانوية وجراحة الثدي التجميلية ليست استثناءً. إن قوة رغبة المرأة بالخضوع للجراحة التجميلية يجب أن تكون قوية وصادقة. وبشكل مماثل، يجب أن يكون تقييم طبيبها لجسدها وأهدافها تقييماً صريحاً وكاملاً.

الفئات والعمليات

عمليات الثدي التجميلية تتضمن:

- رفع الثدي لإعادة تشكيله وإعادة تحديد وضعية الثديين المتدليين.
- تكبير الثدي لزيادة أو تحسين حجم الثديين.
- تصغير الثدي لتنقيص حجم الثدي لتحسين المظهر فقط.

عمليات إعادة بناء الثدي تتضمن:

- إعادة البناء ما بعد استئصال الثدي بالجراحة لاستعادة ثدي تمت إزالته بالجراحة أو تشوّه شكله بسبب استئصال جزئي أو كلي.
- تصغير الثدي لتنقيص حجم الثديين الكبيرين جداً بالنسبة لجسم المرأة مما يتسبب بألم وإزعاج.

بعد إعادة البناء تكونين مؤهلة لتغطية كلفة جراحة الثدي الآخر لتحقيق التناسق ما بين الثديين.

إن هذه هي أكثر عمليات الثدي رواجاً. لكن هنالك عمليات إضافية أقل رواجاً والتي يمكن إجراؤها مع أي من العمليات أعلاه أو لوحدها. وهذه تشمل تصحيح الحلمات المقلوبة أو تصغير الحلمات أو إعادة بناء ما هو شاذ في الصدر مثل تصحيح وجود أكثر من حلمة واحدة على الثدي الواحد. كما أن عدم تناسق الثديين الموجود منذ الولادة (بسبب الوراثة وليس بسبب الاستئصال الجراحي) يمكن أن يُصحح بجراحة الثدي التجميلية.

رضاؤك

تبين دراسات المرضى أن النساء اللواتي قمن بتحجيم أثدائهن بشكل معتدل أو اللواتي أجرين تصحيحاً للتشوهات الخفيفة هن راضيات بشكل كبير عن النتائج ويشعرن بالسعادة. إن الشعور بالرضا لا يحتاج إلى الخضوع إلى تغيير جذري،

وشعورك بعد أي عملية للثدي يمكن أن يستمر مدى الحياة.

قد تتغيّر نتائج جراحة الثدي مع الوقت فالجسم يشيخ والوزن يتغير. الأهم على أي حال أن أي عملية تشمل استعمال غرسات الثدي تحتاج إلى التكرار خلال حياة المرأة لأن غرسات الثدي لا تعتبر أجهزة دائمة.

41. كيف يمكن تكبير ثديي؟

إن تكبير الثديين هو جراحة لتعزيز حجم الثديين عبر وضع غرسات في الثدي. على عكس ما تريدنا أن نقتنع به وسائل الإعلام وبعض الشهيرات اللواتي يستغللن التكبير الزائد غير الطبيعي، فإن معظم مرشحات تكبير الثدي لا يرغبن بثديين كبيرين جداً. إن النساء اللواتي يرغبن بتكبير الثديين يبغين ببساطة تناسق أثدائهن مع أجسامهن أو استعادة فقدان حجم الثدي بسبب الحمل و/أو الرضاعة.

إن النساء اللواتي خضعن لتكبير الثديين من قبل جراحي تجميل مؤهلين وخبراء يبلّغن عن رضاء مرتفع جداً ليس فقط في الشكل بل في الإحساس في صدورهن. إن سرّ نجاح أي عملية تكبير للثدي كما مع أي جراح تجميل هو استشارة جراح تجميل مؤهل معتمد من قبل المجلس. عليه أن يكون خبيراً في تكبير الثدي وعمليات الثدي الأخرى. بالإضافة إلى ذلك على الجرّاح الذي اخترتيه الاستماع بعناية لأهدافك من الجراحة - التغيير الجسدي الذي تبغين تحقيقه وكيف تتوقعين أن يؤدي تكبير الثديين إلى تحسين نوعية حياتك.

هل يغطيك التأمين؟

إن عملية تكبير الثديين هي عملية تجميلية والاعتبار الوحيد لتغطية التأمين هو تحقيق تناسق عندما يكون الثدي المقابل قد أعيد بناؤه بعد جراحة لإزالة كل أو جزء من الثدي (استئصال عبر الجراحة).

المرشحات الجيدات

إن النساء من أي سن واللواتي يتمتعن بصحة جسدية وعاطفية جيدة هن مرشحات جيدات لتكبير الثديين. على أي حال يجب عدم تنفيذ الجراحة على المريضات الأقل من 18 عاماً إلاّ إذا كان هنالك عدم تناسق قوي. مرة أخرى إذا كان الثديان متدليين (مرتخيين) يجب عدم إجراء التكبير بدون إجراء نوع من الرفع.

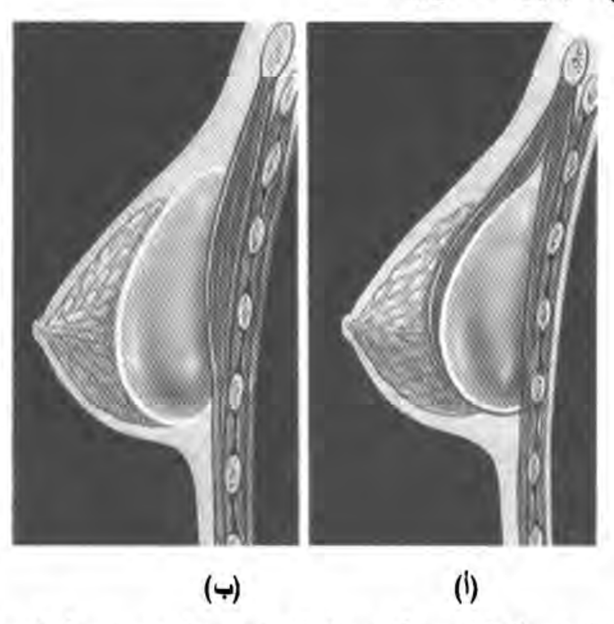
إن غرسات الثديين لا تعتبر من قبل U.S. FDA أجهزة أبدية. إن التوقعات الواقعية لتكبير الثديين تشمل قبول فكرة الحاجة إلى استبدال الغرسات خلال حياتك.

كيف يتم ذلك؟

يحدد حجم وشكل غرسات الثدي بواسطة عدد من العوامل، وأهمها كمية التكبير الذي تريدينه وكمية أنسجة الثدي المتوفرة لديك طبيعياً. أيضاً، فإن حجم الإطار وتمغّط الأنسجة قد يحدان من حجم الغرسات الممكن وضعها. تقاس غرسات الثدي بالسنتيمترات المكعبة (س. م.) ويمكن ملؤها مسبقاً أو يمكن ملؤها حالما يتم غرسها. يكون الغرس إمّا:

- غددي – فرعي: فوق عضلة الصدر وتحت أنسجة الثدي أو الغدد.
- عضلي – فرعي: تحت عضلة الصدر مباشرة فوق القفص الصدري.

إن مكان الشقوق التي تدخل منها الغرسات يعتمد عليك وعلى الطريقة التي يفضلها جراح التجميل الخاص بك.



(ب) (أ)

الرسم 2. تكبير الثدي، (أ) غددي – فرعي، (ب) عضلي – فرعي. إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج الفردية. مقدم بإذن من الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ®. كل الحقوق محفوظة. تعلمي أكثر على الموقع *www.plasticsurgery.org*.

إن أفضل النتائج الطبيعية تحصل عند استعمال الغرس العضلي - الفرعي. بالإضافة إلى ذلك فإن هذه الطريقة لها مضاعفات أقل بكثير وإمكانية حدوث حالة تدعى التقلص الكبسولي (ندب أنسجة قاس وشاذ يتشكّل حول الغرسة) هي إمكانية قليلة. إن وضع الغرسات بطريقة العضلي - الفرعي تتطلب فترة أطول لاستعادة العافية (2 - 3 أيام أكثر) وقد تعرضك لإزعاج مباشرة بعد العملية. أقل تأثيراً على قراءات صورة الثدي بأشعة أكس من الغرس الغددي - الفرعي ولذلك فهي مفضلة للمدى البعيد. إن الغرس الغددي - الفرعي، حتى للغرسات الكفافية، قد يؤدي إلى تقويس مرتفع عند أعلى الثدي. إن هذا قد يوضّح أن المرأة قد خضعت لغرس الثدي خصوصاً عندما يكون هنالك تكبير كثير في حجم الثديين.

إن الخيار الآخر الممكن اتخاذه هو خيار استعمال غرسات ممتلئة بمحلول مالح أو جل مادة السليكون. يناقش السؤال رقم 42 بالتحديد اختلافات وحسنات وسيئات الغرسات الممتلئة بالمحلول المالح أو جل السليكون. إن وضع الغرسات ونوع الغرسات المناسبة لك يتطلب منك أن تقيّمي وتناقشي بعناية كل خياراتك مع جراح التجميل الخاص بك.

ما عليك توقعه

إن تكبير الثدي هو عملية خارجية تنفذ تحت تخدير عام أو تخدير موضعي مع مسكن ألم في مرفق جراحي في عيادة الطبيب أو مرفق نقال أو مستوصف أو في المستشفى. ينصح في بعض الحالات البقاء ليلة واحدة زائدة في المستشفى.

عند الاستيقاظ من الجراحة قد تكونين متألمة ومعوقة الحركة. تتمدد الأنسجة لتتكيف مع غرسات الثدي والتورم الذي يحصل من الجراحة نفسها. يمكن التحكم بمعظم الازعاجات بواسطة الأدوية عن طريق الفم. إن وضع مضخة ألم التي توصل الأدوية مباشرة إلى مكان الجراحة للتحكم بالانزعاج خلال الأيام الثلاثة الأولى بعد الجراحة هو أمر مستحب. يمكن في بعض الحالات وضع أنابيب صغيرة في أماكن القص لتفريغ السائل الفائض الذي قد يتجمّع. سوف ترتدين حمالة داعمة أو ضمادة بلاستيكية أو رباطاً للصدر للأسبوع الأول أو أكثر بعد الجراحة كما يوصي طبيبك.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن مخاطر ومضاعفات تكبير الثدي قد تشمل الورم الدموي أو تبرك الدم تحت الجلد، وطراوة الثدي وعدم إحساس بالحلمة. يمكن أيضاً حدوث تقلص كبسولي ينتج عنه ندب أنسجة قاس وشاذ يتشكل حول الغرسة. هنالك فرصة قليلة لإمكانية أن يكون لديك الحليب غير المتوقع الذي يلي وضع الغرسات والذي قد يتوقف بمفرده أو بتناول الأدوية. هنالك أيضاً إمكانية وجود ندوب غير ملتئمة أو ندوب عريضة. يمكن أن تتغيّر وضعية الغرسات أو يمكن أن تتسرب أو أن تتمزق. إذا التهبت، يجب أن تزال. هنالك أيضاً المخاطر التي تترافق مع التخدير. إن الحالات الخفيفة والباكرة من التقلص الكبسولي يمكن أن تخفض بتدليك الثدي و/أو إرخاء جراحي بسيط. قد يكون في بعض الحالات خطر جداً بحيث يستدعي الأمر إلى إزالة الندب النسيجي واستبدال الغرسة ويمكن أن تتكرر هذه الحالة. قد يكون التقلص الكبسولي في بعض الأحيان نتيجة نزيف سابق أو التهاب غير حاد.

إن الغرسات التي ترشح جل مادة السليكون لا يمكن تحديدها من تقلص حجم الثدي بل عند وجود عقد قاسية في الثدي أو وجود عدم تناسق بين الثديين أو تورم أو طراوة أو فقدان للحس أو حريق. إذا كانت الغرسات من السليكون يمكن تشخيص الغرسات التي ترشح بواسطة تصوير الرنين المغنطيسي (MRI) ويجب إزالتها حتى ولو كان السليكون موجوداً داخلها. أما الغرسات الممتلئة بالمحلول المالح فهي تفرغ بسهولة وبذلك يمكن تحديدها واستبدالها إذا عولجت باكراً.

مسؤولياتك

على المريضات اللواتي يتجاوز عمرهن 30 عاماً أن يجرين تصويراً للثدي بأشعة أكس قبل تكبير الثديين لتكون الصورة أساساً للمقارنة. على المدخنات التوقف عن التدخين لعدة أسابيع قبل الجراحة وخلال فترة الشفاء. بالإضافة إلى ذلك فإن ارتداء حمالة الصدر الداعمة حسب التعليمات هو أمر ضروري للشفاء الصحيح. حتى ولو سمح لك طبيبك بالتوقف عن ارتداء الحمالة الداعمة، قد تجدين أن ارتداء حمالة دعم خفيفة أو سترة نسائية داخلية أمر مريح خلال النوم.

إن علاج الجرح السليم وتدليك الثديين اللاحق حسب تعليمات جراح التجميل الخاص بك قد يساعدك على تحاشي التقلص الكبسولي والندوب القبيحة. حالما يتم

الشفاء، من المهم إجراء فحص سنوي عند جراح التجميل الخاص بك لتقييم حالة الغرسات والثديين. عليك أيضاً إجراء فحص سنوي لدى طبيبك النسائي لفحص تغيرات الثديين وحجمهما.

أهدافك

تكون نتائج تكبير الثدي مرئية مباشرة على الرغم من أنك ستكونين منتفخة قليلاً وقد تظهر الغرسات بشكل مؤقت أعلى مما ترغبين أن تكون عليه حالتهما النهائية. قد يستغرق الأمر عدة أشهر قبل أن تستقر الغرسات في مكانها النهائي. إن تكبير الثديين يجب أن لا يتعارض مع قدرة المرأة على الرضاعة وأن لا يغير كثيراً في إحساس المرأة بحلمتيها. لكن أي جراحة للثدي والعمليات التي تتضمن قص الجلد الداكن حول الحلمة (pariarealar) قد تؤدي إلى هذه النتائج.

إن غرسات الثدي ليست أجهزة لكل العمر بسبب الرشح أو تغير أنسجة الثدي أو التقدم في السن وقد يتطلب الأمر استبدالها خلال حياة المرأة. إذا قررت المرأة إزالة الغرسات وعدم استبدالها، فسوف يتغير شكل ثديي المرأة ويحدث تدلٍ مشابه لما قد يحصل بعد فقدان كمية كبيرة من الوزن.

إن الفحوصات التشخيصية لسلامة الثدي تتطلب إعلام الطبيب المسؤول عن سلامتك بوجود الغرسات لديك. إن الغرسات تصعّب من قراءة تصوير الثدي بأشعة أكس. يجب استعمال تقنيات مختلفة لتغيير وضعية الغرسات خلال التصوير. إن هذا يتيح الحصول على صورة أفضل لأنسجة الثدي ويساعد على تحاشي تمزق الغرسات من جراء الضغط على الثدي الضروري للتصوير.

تحسين شكلك

إن تكبير الثدي بواسطة الغرسات له حسنة إبطاء الشيخوخة الطبيعية للثديين أو تدليهما لدى بعض النساء. على أي حال، عندما يكون حجم الغرسات كبيراً قد يكون تدلي الثديين وشيخوختهما مبالغاً به. تجد بعض النساء أن الحاجة لا تدعوهن إلى ارتداء الحمالة ويجدن حرية ورضاء جديدين في طريقة ارتدائهن للملابس وخيارات جديدة أوسع بالنسبة للملابس لتحسين مظهرهن.

لا يوجد بديل مبرهن عن استبدال الغرسات التي تزيد حجم الثديين. إن إزالة

شحم الشخص نفسه من مناطق أخرى في الجسم وحقنها أو زرعها لتكبير الثديين هو عملية خطرة يجب عدم تنفيذها. لم تثبت بعد قدرة الأدوات المسوّقة وأدوية الأعشاب على تكبير الثديين بشكل دائم. إن مسوقي الأدوية العشبية لتكبير حجم الثديين ليسوا خاضعين لموافقة منظمة FDA وكذلك قوانين التسويق ولذلك لم تثبت ادعاءاتهم حتى الآن.

إن تكبير الثديين هو أكثر عمليات الجراحة التجميلية رواجاً للنساء في الولايات المتحدة كما أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل، فقد تم تنفيذ أكثر من 254,000 عملية في العام 2003، أي بزيادة 20% منذ العام 2000.

أبلغت الجمعية ASPS في العام 2003 أنه قد تم إجراء 45,147 عملية إزالة غرسات تكبير وتم استبدال 81% منها. إن أكثر أسباب إزالة الغرسات رواجاً هو أولاً، رغبة المريضة بتغيير حجم الثدي وثانياً، تمزق أو تسرب الغرسات.

42. ما هو الفرق بين الغرسات المحشوة بمادة السليكون أو محلول مالح؟

هنالك أنواع عديدة من الغرسات متوفرة للنساء. كل هذه الغرسات لها غلاف خارجي شبه مطاطي من مادة السليكون القاسي ناعم أو له ملمس نسيجي. قد يكون بعضها دائرياً أو يكون لبعضها خط كفاف أو مائل مثل الثدي الطبيعي.

وفي وقت أن النقاش حول ما إذا كان للغرسات ملمس ناعم أو نسيجي أو إذا كانت دائرية أو لها خط كفاف هو خيارك بمفردك، فإن النقاش الأقوى هو حول ما إذا كانت محشوة بجل السليكون أو بمحلول مالح.

إن غرسات جل السليكون، وحتى كتابة هذا الكتاب، تستعمل فقط في الولايات المتحدة في حالات إعادة بناء الثدي، أو في دراسات إحصائية معينة، أو لاستبدال غرسات موجودة من السليكون. في العام 2003 أوصت هيئة مستشارين في جمعية U.S. FDA بإعادة استعمال غرسات الثدي المصنوعة من السليكون كخيار لأي امرأة ترغب بتكبير ثدييها. لكن الجمعية FDA اختارت انتظار إتمام وتحليل الدراسات العيادية الطويلة الأمد. إن النوع الجديد من غرسات السليكون الموضوع

حالياً تحت الدراسة من قبل الجمعية FDA يختلف عن الغرسات السابقة بكونها محشوة بسليكون "متماسك" – ومادة السليكون المحشوة ليست سائلاً بل تتجمّع على بعضها بعضاً. لذلك، في حال تمزق الغرسات أو تسربها، هنالك فرصة أقل بتواجد السليكون في الجسم أو تكوّن الحبيبات. على أي حال إن المصنعين المختلفين لحشوات غرسات السليكون لديهم درجات مختلفة من التماسك ومن المهم أن تسألي تحديداً عن نوع حشوة أي غرسة تم اقتراحها لك. على الرغم من أن لغرسات الثدي المحشوة من السليكون مظهراً وإحساساً طبيعياً أكثر من الغرسات المحشوة بالمحلول المالح، فهنالك إمكانية لحدوث تقلص كبسولي مع قساوة وتشوّه أكبر من المحلول المالح. أيضاً، إذا تمزقت غرسات السليكون وخلفت ألماً أو تشوّهاً، يجب إزالتها بالجراحة. يجب أيضاً إزالة أي مواد سليكون حرة بأسرع وقت ممكن لتحاشي تكوّن عقد صغيرة قاسية تدعى granulomas. قد تكون العملية معقدة جداً وتستغرق وقتاً طويلاً للشفاء.

من جهة أخرى عند تمزّق غرسات المحلول المالح، يمتص جسم المرأة المحلول المالح بأمان، وتكون إزالة واستبدال الغرسات عملية جراحية سهلة نسبياً عند المعالجة الباكرة. أما سيئات غرسات المحلول المالح فهي أنها محددة أكثر وواضحة وتتجعّد كلها حتى إذا امتلأت. قد تكون التجاعيد مرئية خصوصاً عندما لا توفر أنسجة الثديين تغطية كافية. وإجمالاً لا تكون الغرسات مرئية بعد ارتداء الملابس ونادراً ما يلاحظها الأشخاص الآخرون. أما صدور صوت خرير عن المرأة التي تحمل غرسات محلول مالح عندما يتحرك جسمها فهو دعابة غير صحيحة.

إن خيارك للغرسات يجب أن يحدد بعد أن تناقشي خياراتك مع طبيبك، فقد يتم تصنيع أنواع جديدة من الغرسات من قبل مصنعّي الغرسات وقد توافق عليها الجمعية U.S. FDA. يجب أن تتضمن هذه الاعتبارات أسلوبك في الحياة، كمية التكبير الذي تريدينه وما تفضلينه شخصياً. أطلبي دائماً الغلاف الذي توضع فيه الغرسات من جراح التجميل وضعي في مكان آمن عنوان مصنّع الجهاز الذي يشمل نوع الغرسة التي استلمتها وحجمها ورقم المصنّع المتسلسل والكفالة.

في العام 1996 تمّ تقديم نوع جديد من الغرسات اسمه Trilucent مملوء بزيت الصويا المنقّى. 200 امرأة من الولايات المتحدة استعملت هذا النوع ضمن دراسة بحثية موافق عليها من الجمعية FDA. وقد توقفت الدراسة في العام 1997 بسبب المضاعفات التي رافقت استعمال الغرسة. لا يوجد هنالك مشاريع مستقبلية لهذا النوع من الغرسات.

حسب المعطيات التي نشرت من قبل مركز إدارة الغذاء والأدوية الأميركي للأجهزة والصحة الراديولوجية فقد تمّ التصريح فيما يختص بالصحة والغرسات الملموسة (التي يكون جسها أسهل) فهي غرسات لها ملمس نسيجي أكبر وهي غرسات غدية فرعية (توضع فوق عضلة الصدر وتحت غدد الثدي) وغرسات في مرضى يملكون كمية أقل من أنسجة الثدي. تمّ الإبلاغ أيضاً عن عدم وجود خطر حدوث التقلص الكبسولي مع الغرسات ذات الملمس النسيجي مقابل الغرسات الناعمة.

43. لماذا تمّ سحب غرسات الثدي المحشوة بالسليكون، وكيف أحدد نوعية غرسات الثدي المناسبة لي؟

في أوائل التسعينات تمّ سحب غرسات الثدي المحشوة بجل السليكون من الأسواق من قبل إدارة التغذية والأدوية الأميركية (FDA) للمرضى الذين يجرون تكبيراً للثدي للمرة الأولى فقط. وكان موضوع النظرية أن هذه الغرسات تتسبّب بأمراض الأنسجة المرتبطة أو أمراض المناعة (CTD) autoimmune في بعض النساء (مثل التهاب المفاصل، والذئبة وهي مرض جلدي، وأعراض التعب المزمن). لقد كان عمل جمعية FDA محدداً لاستعمال غرسات تكبير الثديين المحشوة بمادة جل السليكون فقط. قام بعض مصنّعي الغرسات طوعاً بسحب بضاعتهم من الأسواق بانتظار تحديد سلامة هذا النوع. لكن بقيت بعض غرسات جل السليكون كخيار متوفر لبعض مرضى إعادة بناء الثديين مع استعمال أنظمة إجرائية محددة وللمرضى ضمن دراسات البحوث الرسمية.

تضمنت دراسات جمعية U.S. FDA الخاصة بتحديث معلومات غرسات الثدي 2000 تقارير عن غرسات الثدي من جل السليكون وارتباطها الممكن مع المرض عند بعض النساء (*www.fda.gov.cdrh/breastimplants*). أما فيما يختص بالنساء اللواتي استعملن غرسات الثدي من جل السليكون وحصلت عندهم

عوارض المرض CTD فإن التقرير يقول "من غير الواضح في هذا الوقت ما إذا كانت العلامات والعوارض التي تمر بها هؤلاء النساء هي بسبب الغرسات". إضافة إلى ذلك، فإن العديد من نتائج الدراسات المستقلة موثّق أيضاً بما فيه أحد أهم وأشمل الدراسات التي أجراها باحثون في كلية هارفرد الطبية في العام 1996. وقال التقرير "إن هنالك خطراً ضئيلاً، لكن إحصائياً لا يستهان به، لكل أمراض CTD التي أبلغت عنها النساء اللواتي استعملن غرسات الثدي.... خلال فترة 10 سنوات. فالنساء اللواتي استعملن غرسات الثدي قمن بالتبليغ بـ 1.24 مرة أكثر عن حدوث المرض CTD أو أي اضطرابات أخرى". وتقول الإدارة FDA أيضاً عن كل الدراسات التي راجعتها "تشير هذه الدراسات بعد مراجعتها كلها سوياً أن خطر حدوث مرض CTD نموذجي أو محدد أو أي اضطراب آخر بسبب استعمال غرسات الثدي هو ضعيف".

في العام 2003 قامت هيئة المستشارين في الإدارة FDA بمراجعة التماس من مصنّع غرسات للثدي Inamed Corporation لتسويق غرسات جديدة من جل السليكون. صوتت الهيئة على وجوب موافقة الإدارة FDA في أكتوبر من العام 2003 مع شروط استعمال الغرسات في إعادة بناء الثدي وتكبير الثدي وعمليات جراحة الثدي التنقيحية. وفي يناير من العام 2004 رفضت جمعية FDA الموافقة بانتظار معلومات أكثر من شركة Inamed.

الاختيار

من حقك أن تستعملي غرسات الثدي تماماً كما هو من حقك قبول أي نوع من العلاج الطبي. يجب أن لا تؤثر البحوث وأوساط الإعلام في قرارك، فهي تزودك بالمعلومات فقط. لكن المعلومات لا تأتي مع تعليمات. نقدم أدناه بعض النقاط المرشدة لاستعمال هذه المعلومات ولاتخاذ القرار المناسب لك.

إن رغبتك بالحصول على غرسات الثدي يجب أن تكون لتحقيق رغبتك الشخصية وليست رغبة أي شخص آخر. استعملي الأوساط الإعلامية كمصدر للأسئلة وليس للأجوبة. راجعي نتائج البحوث المنشورة من قبل مجموعات تدافع عن المرضى وتكون غير متحيزة مثل الإدارة U.S. FDA، والمعاهد الوطنية للصحة وجمعيات الاختصاص الطبية المعترف بها مثل الجمعية الأميركية لجراحي التجميل.

قومي بزيارة مواقع الوب الخاصة بمصنّعي غرسات الثدي أو اسألي جراح التجميل الخاص بك عن معلومات محددة حول غرسات الثدي التي تفكرين باستعمالها والتي نشرها مصنّع تلك الغرسات. إن كل المعلومات العامة المنشورة أو المعلن عنها من قبل شركات الصيدلة أو مصنّع أجهزة طبية تتم مراجعتها من قبل جمعية FDA. يمكن أن يتم تغريم هذه الشركات أو يمكن سحب منتجاتها من الأسواق إذا نشرت معلومات خاطئة أو متحيزة.

يمكنك الآن أخذ كل أبحاثك وأسئلتك ومناقشة جراح تجميل مؤهل ومعتمد من قبل المجلس والذي ترتاحين له وتثقين به. يمكنك أيضاً إجراء محادثة شخصية مع طبيبك الخاص إذا أردت. إن الأطباء النسائيين يعالجون المرضى الإناث فقط، بمن فيهن اللواتي استعملن غرسات الثدي. تكلمي مع طبيبك إذا أحسست أنك بحاجة إلى ذلك. إذا كنت لا تعرفين أي امرأة استعملت غرسات الثدي، اسألي جراحك أو الطبيب النسائي عن عناوين مرضى استعملن الغرسات وتحدثي مع هؤلاء النساء.

إذا كانت لديك رغبة حقيقية بتكبير الثديين أو إعادة بنائهما باستعمال الغرسات، لا تأخذي أي قرار قبل أن تمري بمرحلة الموافقة المبلّغة مع جراح التجميل الخاص بك. يشرح السؤال 20 الموافقة المبلّغة بالتفصيل. من حقك أن تختاري استعمال غرسات الثدي ولكن تأكدي من أن القرار هو قرارك بمفردك.

أسست إدارة التغذية والأدوية الأميركية الهيئة MedWatch للإبلاغ عن "الأحداث المعاكسة" التي يعتقد أنها مرتبطة بالأجهزة الطبية أو الأدوية. أما فيما يتعلق بغرسات الثدي من السليكون، فإذا واجهت أي تأثير معاكس خطير وقررت أنت وطبيبك أنه يتعلق بغرسات الثدي فعلى الجراح ملء الاستمارة 3500 MedWatch وإعطاؤك نسخة عنها وتقديمها إلى جمعية FDA. تتوفر استمارات MedWatch في الموقع *.http://www.fda.gov/medwatch/index.html*

44. ما الذي يمكن فعله لاستعادة حجم ووضعية الثدي؟

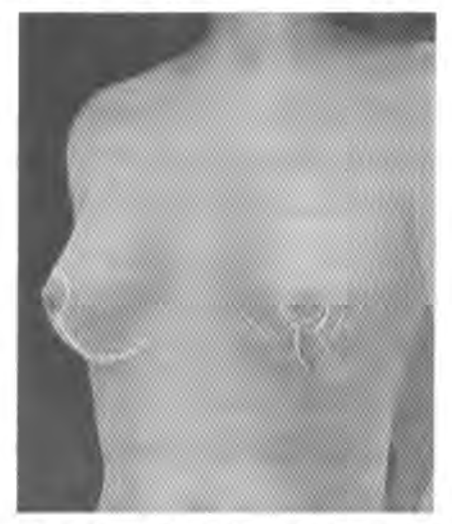
قد تتسبب الوراثة أو التقدم في السن بتدلي أو تسطيح الثديين. لكن تدلّي الثديين يكون في أكثر الأحيان نتيجة تصغير حجم الثديين إما من فقدان الوزن الزائد أو من تغيرات الثدي الناتجة عن الحمل والرضاعة. في حالات التدلي

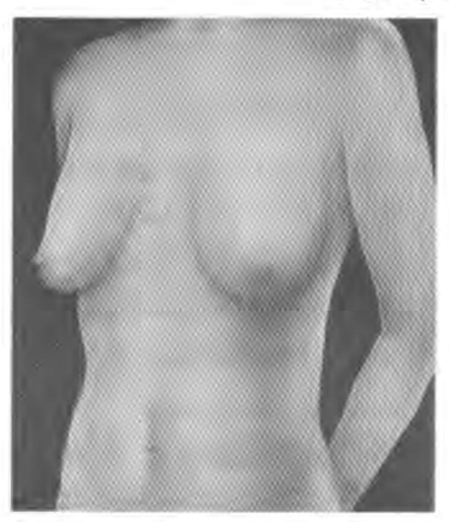
المتقدمة، تكون الحلمة والدائرة الملونة المحيطة بها منخفضة أكثر من منحنى الثدي. بالنسبة للنساء اللواتي يفكرن بإجراء جراحة رفع للثديين فإن استعمال حمالة الدعم ضروري جداً لإبقاء الثديين في المكان الطبيعي المناسب. قد يرغبن بأن تكون أثداؤهن "مرتفعة" وبذلك لن يحتجن إلى ارتداء الحمالة تحت الملابس أو ارتداء ثياب السباحة مع حمالات داعمة.

إن رفع الثديين يغيرهما بحيث يصبح شكلهما ووضعيتهما أكثر شباباً. إن الرفع يغير مكان الحلمة إلى مكان أعلى ويبرزها بشكل طبيعي. يمكن للرفع أيضاً أن يصغِّر من حجم الحلقة الموجودة حول الحلمة (الجلد الداكن حول الحلمة). إن رفع الثديين لا يغير من حجم الثديين بل من شكلهما ووضعيتهما. يمكن في بعض الأحيان إجراء تصغير ضئيل جداً لحجم ثدي واحد أو الاثنين معاً. كما يمكن في الحالات الأخرى وضع غرسات للثدي للتكبير وللحصول على ثديين مكتنزين.

هل يغطيك التأمين؟

إن رفع الثديين هو إجراء تجميلي ولا يغطيه التأمين. تكون التغطية ممكنة فقط إذا تم تنفيذ العملية لتحقيق التناسق ما بين الثديين عند إعادة بناء الثدي الآخر بعد جراحة استئصال أو جراحة سرطان ثدي أخرى.





الرسم 3. رفع الثدي. إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج المنفردة. مقدم بإذن من الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ®. كل الحقوق محفوظة. تعلمي أكثر على الموقع *www.plasticsurgery.org*.

المرشحات الجيدات

إن أي امرأة ترغب بتحسين شكل ووضعية ثدييها، والتي تتمتع بصحة جيدة بشكل عام، والتي لديها توقعات واقعية لنتائج الجراحة هي مرشحة جيدة لرفع الثديين. أما النساء اللواتي يفكرن بالحمل في المستقبل فعليهن تأجيل عملية رفع الثديين. على الرغم من أن رفع الثديين لا يؤثر في الرضاعة فإن نتائج جراحتك قد تقل كثيراً بسبب التغييرات التي تحصل في الثديين خلال الحمل والرضاعة.

كيف تتم العملية؟

يتطلب رفع الثديين إحداث شقوق على الثدي لتخفيض كمية الجلد الزائدة من الثدي والحلقة الداكنة حول الحلمة وإعادة تشكيل الأنسجة العميقة للثدي. إن العملية تعيد اكتناز الثدي وترفعه مع الحلمة إلى وضعية أعلى وأكثر طبيعية. إن نمط الشقوق يعتمد على مقدار التصحيح الذي سيحقق أهدافك ونوعية الجلد وحجم الحلقة الداكنة حول الحلمة ومكان الحلمة. إذا كان تصغير الحلقة الداكنة حول حلمتك أمراً ضرورياً فسوف يتطلب الأمر إحداث شقوق حول محيط هذه الدائرة. إن إجراء فحص كامل من قبل جراح التجميل الخاص بك مع مناقشة صريحة حول أفضل استراتيجية لتحديد نمط الشقوق المناسب لك.

حالما تجرى الشقوق، ستتم إعادة تشكيل أنسجة الثدي التحتية ويمكن استعمال قطب عميقة لتثبيت أنسجة الثدي في مكانها. يتم تصغير محيط الدائرة الداكنة حول الحلمة عند اللزوم. تتم إزالة الجلد الزائد وترفع الحلمة، التي لا يتم نزعها، إلى مكان أعلى. يتم تجميع الجلد على بعضه بعضاً ويقطب للحصول على شكل ووضعية جديدة للثديين. يمكن استعمال القطب القابلة للإزالة أو التي تذوب لإغلاق الشقوق.

ما عليك توقعه

تنفذ عملية رفع الثديين مع استعمال التخدير العمومي أو الموضعي مع مسكن. يمكن استعمال التخدير الموضعي في بعض الحالات التي تتطلب رفعاً بسيطاً للحلمة. يمكن تنفيذ العملية في عيادة خارجية في المكتب أو مرفق جراحي أو في المستشفى أو عيادة خارجية ويجرى بشكل روتيني كعملية خارجية.

قد تستفيقين من الجراحة وأنت مرتدية حمالة دعم أو رباطاً مطاطياً وسوف تستمرين بارتدائه حسب توصيات جراح التجميل الخاص بك. يمكن وضع أنابيب صغيرة في موقع الشقوق لتصريف السوائل الزائدة المتجمعة ليوم واحد أو يومين. ستكونين متعبة ومتألمة وقد تشعرين بالانزعاج من أماكن الشقوق بعد الجراحة. على أي حال يمكن التحكم بهذا الانزعاج بواسطة الأدوية.

تستطيعين متابعة النشاط العادي الخفيف حالما تشعرين بأنك جاهزة ويمكنك المغادرة يوم العملية. لكن عليك تحاشي رفع أي وزن ثقيل أو القيام بأي حركات هز أو سحب في الأيام الأولى التي تلي الجراحة. إذا كان لديك قطب غير قابلة للامتصاص فسوف تتم إزالتها بعد أسبوع أو أسبوعين من الجراحة. سيمنحك الجراح أشرطة من السليكون أو الجل لوضعها على الندوب للتخفيف من الندوب المرتفعة أو الحمراء أو القاسية أو أي ندوب أخرى غير مرغوب فيها.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن أخطار رفع الثديين تشمل حدوث ندوب سميكة أو عريضة وتجمع الدم تحت الجلد (الورم الدموي) والذي يجب تصريفه، وفقدان الإحساس بالحلمة أو فقدان إحساس مؤقت. بالإضافة إلى ذلك، هنالك خطر الالتهاب، لكن هذا نادر. وكما مع أية عملية جراحية فإن خطر التخدير موجود.

مسؤولياتك

إن التدخين يؤثر كثيراً في قدرتك على الشفاء وعلى كل مريض مدخن أن يتوقف عن التدخين لعدة أسابيع قبل الجراحة وخلال الاستجمام. إن اتباع كل تعليمات تنظيف الجرح وتدليك الندوب واستعمال المراهم الموضعية أو الأشرطة تحسّن من شكل الندوب وتقلل من حدوث الندوب المرتفعة أو القاسية. إن اتباع كل التعليمات لارتداء الملابس الداعمة هو أمر ضروري جداً لشفاء الثديين بشكل صحيح. قد ترتدي بعض النساء سترة نسائية داعمة خلال النوم وإذا كانت هذه تريحك، فإنها مفيدة وتساعدك على المحافظة على نتائج عملية رفع الثديين.

أهدافك

تكون نتائج جراحة رفع الثديين مرئية مباشرة مع أن حجم الثديين سوف

يستمر بالاستقرار لعدة شهور. إن النتائج النهائية التي تشمل نعومة وزوال الندوب قد تستغرق عاماً أو عامين. لكن الندوب تبقى دائماً مرئية وعادة يتم تخبئتها تحت ملابس السباحة وحمالات الصدر.

إن عملية رفع الثديين يجب أن لا تتعارض مع القدرة على الرضاعة وقليلاً ما تؤثر على إحساس الثديين. إن عملية رفع الثديين ليست دائمة تماماً فالثدي قد يتدلّى أو يفقد مرونته نتيجة التقدم الطبيعي في السن. يمكن المحافظة على النتائج بالمحافظة على وزن ثابت.

الرفع المبرهن

إن رفع الثديين هو أقل العمليات رواجاً من بين عمليات الثدي. وقد أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل إجراء حوالي 67.000 عملية في العام 2003.

إن النساء اللواتي يخضعن لعملية رفع الثديين يحصلن على ثقة جديدة بالنفس ليس فقط في شكلهن بعد ارتداء الملابس بل أيضاً من دون ملابس. وعلى الرغم من الندوب المرئية على الثديين، فإن شكل الثديين الأكثر شباباً وجمالاً يكون مرضياً ومحبوباً من قبلهن.

إذا أردت ثديين أكبر حجماً بالإضافة إلى شكلهما ووضعيتهما، يمكن تنفيذ عملية تكبير الثديين مع عملية الرفع. إن استعمال الغرسات هو الطريقة الوحيدة لزيادة حجم الثديين لكن الغرسات ليست بديلاً لرفع الثديين. إن وضع الغرسات لوحدها قد يغير شكل الثدي ويزيد من اكتنازه، لكن إذا كان الثدي أو مكان الحلمة منخفضاً فلا يمكن تصحيحهما إلاّ برفع الصدر. لم يبرهن حتى الآن على فعالية استعمال كريمات الشد الموضعية أو التمارين أو الأجهزة لرفع أو تحسين شكل الثدي.

45. ما الممكن القيام به لتصغير ثديي؟

إن تصغير الثديين يتم بالجراحة لتصغير حجم الثديين الكبيرين وتغيير مكان الحلمة إلى مكان طبيعي أكثر وتغيير حجم المنطقة الملونة حول الحلمة إلى حجم طبيعي أكثر. إن أهداف تصغير الثدي ليست فقط لتحسين التناسق في جسم الأنثى بل للتخفيف من العوارض الجسدية والتي تشمل:

- آلام الظهر والرقبة والكتف.
- أخاديد عميقة مؤلمة تنشأ في الكتف بسبب ارتداء الحمالات المطلوبة للدعم.
- طفح وإثارة جلدية تنشأ تحت منحنى الثدي.
- ألم في الثدي نفسه لأن وزن أنسجة الثدي المتدلي تسحب الثدي إلى الأسفل.

إن تصغير الثدي هو إجراء يمكن أن يكون مرضياً جداً. إن تصغير الثدي في معظم الحالات يحرر المرأة من الألم ويمكنها من القيام بالنشاطات الجسدية الممنوعة التي تترافق مع الثديين الكبيرين المتدليين. ولتفهم رغبة المرأة بشكل أحسن بإجراء تصغير للثديين وتحقيق النتائج التي تريدها، قدمت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل نتائج الدراسة التي أجرتها هيئة "تقييم تصغير الثدي وقيمة النتائج" (BRAVO) بإدارة المؤسسة التعليمية لجراحة التجميل (على موقع الوب الخاص بها *www.plasticsurgery.org*). والذي يشمل أيضاً خبرة المرضى حول عملية تصغير الثديين لتحسين نوعية حياة بعض النساء.

إن تصغير الثديين لا يحسن فقط من تناسق جسم المرأة بل يحسن من وقفتها نتيجة للعملية. إن التحرر من وزن وحجم الثديين الزائد يمكنك من ارتداء العديد من طرازات الملابس الجديدة التي لم تستطيعي ارتداءها من قبل. بالإضافة إلى ذلك، قد تجدين رغبة زائدة في اللياقة والقدرة على المشاركة في التمارين الرياضية حتى الثقة بارتداء ملابس السباحة.

هل يغطيك التأمين؟

يعتبر تصغير الثديين في أكثر الأحيان عملية إعادة بناء لكن تغطية التأمين لأي عملية يجب أن تكون معتمدة مسبقاً وقد يختلف التأمين بين شركات التأمين. إن قوانين التعويضات أو تغطية التأمين لتصغير الثدي في معظم الأحيان تحددها شركة التأمين بناء على حجم أنسجة الثدي التي ستتم إزالتها ومعايير أخرى (مثل الوزن والطول والعلاج الطبي السابق للألم إلخ..) وقد ترفض شركة التأمين التغطية كلها.

إن النقاشات والضغوط للحصول على مقياس موحد بين شركات التأمين لتغطية عمليات تصغير الثدي كانت من ضمن الجهود التي بذلتها الجمعية الأميركية لجراحي التجميل. على أي حال المقياس الأنسب عليه أن يأخذ بعين الاعتبار نسبة حجم الثدي مع جسم المرأة. مثلاً، إن المرأة الصغيرة الحجم التي تملك ثديين كبيرين جداً قد تعاني جداً من ثدييها وقد لا تحتاج إلاّ لتصغير 500 غرام منهما فقط. أما النساء الأخريات فقد يحتجن إلى تصغير 1000 غرام من أثدائهن لتحقيق أهدافهن. إن مناقشة أهدافك مع الجراح وإجراء فحص كامل عنده يحددان فقط درجة تصغير الثدي المناسبة التي تحتاجينها. والقرار النهائي يعود إلى شركة التأمين فهي التي ستحدد ما إذا كانت ستعوض لك عن العملية.

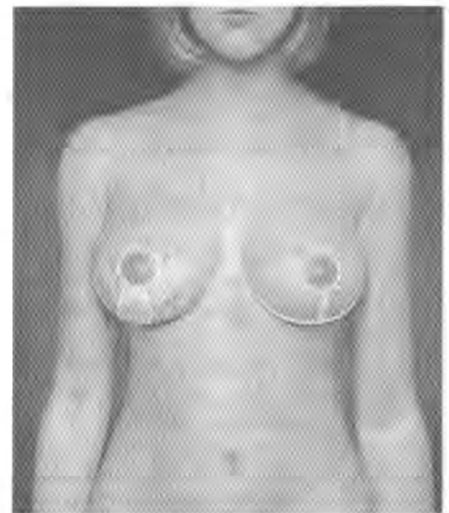
المرشحات الجيدات

إن المرشحات الجيدات لتصغير الثديين هن اللواتي ليس لديهن مشاكل صحية خطرة واللواتي يكون وزنهن نسبياً طبيعياً على الرغم من كبر أثدائهن واللواتي اكتمل نمو أثدائهن بشكل عام (حوالى 18 سنة عادة). إن سبب انتظار اكتمال نمو الثديين هو لأن نمو الثديين قد يؤثر كثيراً في نتائج عملية تصغير الثديين. يمكن تنفيذ عملية تصغير الثديين في سن أبكر لكن قد تتغير النتائج وقد تحتاجين إلى جراحة إضافية في المستقبل.

وبشكل مماثل، فالنساء اللواتي يخططن لإنجاب الأولاد في المستقبل القريب يجب أن يفكرن بتأخير عملية تصغير الثديين لأن الحمل والرضاعة قد يؤديان إلى تغيرات في الثديين. إن فقدان وكسب الوزن الكبيرين والهرمون المتعدد كلها تؤثر أيضاً في حجم الثدي والحاجة لعمليات إضافية.

إن النساء من أي سن يمكن أن يكنّ مرشحات جيدات لجراحة تصغير الثديين طالما يتقبلن فكرة أن نتائج العملية يمكن أن تتغير مع مرور الوقت. إن أي مرشحة لتصغير الثدي يجب أن تتقبل فكرة وجود الندوب الدائمة إلى جانب الحسنات. هنالك أيضاً إمكانية فقدان الإحساس بالحلمة أو عدم القدرة على الرضاعة.





الرسم 4. تصغير الثدي. إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج المنفردة. مقدم بإذن من الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ®. كل الحقوق محفوظة. تعلمي أكثر على الموقع *www.plasticsurgery.org*.

كيف تتم العملية؟

يمكن تنفيذ عملية تصغير الثدي بواسطة ثلاث تقنيات جراحية:

- استئصال جراحي مع تقنيات pedicle (سويقة) حيث تبقى شرايين دم الحلمة والأعصاب موصولة خلال استئصال الأنسجة الأخرى.
- تقنيات شفط الدهون للتقليل من دهن الثدي الزائد فقط (وليس الأنسجة الغددية) والتي تنفذ لوحدها أو مع عملية جراحية لاستئصال الجلد والأنسجة.
- استئصال جراحي وتلحيم الحلمة حيث يتم نزع الحلمة والأنسجة الزائدة ثم يتم تلحيم الحلمة في مكانها على ثدي متشكّل من جديد. إن هذه العملية نادراً ما تكون ضرورية.

عندما تكون عملية تصغير الثديين مقيدة وغير مصنفة كي تعوض من قبل شركات التأمين يمكن استعمال تقنيات شفط الدهون لوحدها لتصغير حجم الثدي بإزالة الدهن الزائد في الثدي وحوله. وفي حين أن شفط الدهون يصغّر حجم الثدي فإنه لا يزيل الجلد الزائد ولا يغير وضعية الحلمة أو حجم الدائرة الملونة حولها. قد

يكون هذا جزءاً مهماً من أهداف تصغيرك للثدي. لـذلك، إذا نصـحت باسـتخدام تقنيات شفط الدهون لوحدها لتصغير الثديين عليك معرفة ما يمكن تحقيقه ومـا لا يمكن تحقيقه. يجب أن يكون الجلد مرناً وأن يكون الثـديان كبيـرين لكـن لـيس مرتخيين أو متدليين إلى الأسفل.

عندما يكون الثديان كبيرين وغير متناسقين في الحجـم ومتـدليين إلـى الأسفل، فإن استئصال أنسجة الثديين والدهن والجلد هو أفضل إجراء مناسـب لتصغير الثدي. إن عمليات الاستئصال تصغر حجم الثدي وتحسّن شكل الثـدي وتصغر الحلقة حول الحلمة وترفع مكان الثدي والحلمـة. باسـتثناء الحـالات النادرة جداً، يجب دائماً استعمال تقنيـة pedicle (سـويقة). السـويقة تعنـي المحافظة على مورد الدم وأعصاب الحلمة وليس قطعها. نتيجة لـذلك يكـون للحلمة إحساس وانتصاب.

إن البديل لتقنيات السويقة هو تلحيم الحلمة. بهذه التقنية تـتم إزالـة الحلمـة والحلقة الداكنة حولها، ويتم تصغير حجم الثدي باستئصال الأنسـجة ثـم تلصـق الحلمة في مكان مختلف. إن تصغير الثدي في هذه الطريقة يتم عندما يكون الثديان متدليين جداً واستعمال السويقة غير ممكن للحصول على حجم الثدي المطلـوب أو وضعية الحلمة المناسبة. من الجيد أن نتأكد من قابلية حياة الحلمة خلال تنفيذ تقنية السويقة. عند استعمال تقنية تلحيم الحلمة، لن يكون هنالك بعد الآن إحساس جنسي أو انتصاب للحلمة. لذلك فهي ليست العملية الممكن اختيارها لشخص يكون مرشحاً جيداً لإجراء تقنية السويقة.

إن تحديد كمية الأنسجة التي سوف تتم إزالتها يتطلب حديثاً صريحاً مع جراح التجميل الخاص بك. يجب مناقشة أهدافك فيما يتعلق بالحجم والتناسـق والراحـة سوياً مع كمية الأنسجة التي ستتم إزالتها وذلك ضروري للتغطية من قبـل شـركة التأمين. إن تصغير الثدي قد يؤدي إلى تغيير جذري في حجم الثدي مـن القيـاس DD إلى القياس الصغير A. على أي حال فإن معظم النساء يفضلن الحصول على القياس B أو C بعد العملية.

لاحظي أنه ليس بالضرورة أن يتم تصغير الصدر على الثديين معاً. عندما يكون هنالك عدم تناسق كبير بين الثديين، فإن ثدياً واحداً فقط قد يحتـاج إلـى

تصغير ليتناسب مع حجم الآخر. لكن إذا لم يتم إجراء رفع للثدي أو أي إجراء آخر على الثدي الآخر، فإن حجم الثدي ووضعية الحلمة قد لا يكونان متناسقين.

ما عليك توقعه

تجرى عملية تصغير الثدي باستعمال التخدير العمومي عادة وذلك حسب درجة التصغير وقد تتطلب بقاءك ليلة واحدة زيادة في المستشفى. سوف تستفيقين من الجراحة مرتدية حمالة دعم أو ضمادات مطاطية وقد توضع أنابيب تصفية صغيرة بقرب أماكن الشقوق لتصفية أي سوائل أو دم متجمّع خلال الأيام الأولى بعد الجراحة. سوف تنزعجين من أماكن الشقوق لكن قد ترتاحين كثيراً من ألم الظهر والرقبة والكتف الذي كنت تعانين منه قبل الجراحة. يمكن التحكم بالانزعاج الجراحي بواسطة الأدوية عبر الفم. سوف يتم تشجيعك على السير في أسرع وقت ممكن بعد الجراحة ومع ذلك فإن نشاطك الجسدي سوف يكون ممنوعاً لعدة أيام حتى يكتمل الشفاء. يجب عدم رفع أي شيء ذي وزن كبير أو عدم القيام بأي حركة تتضمن الهز أو الجر. يوصى عند النوم أن تقومي بالاستلقاء بوضعية مرتفعة قليلاً.

قد يطلب منك ارتداء حمالة داعمة أو ضمادات مطاطية طوال الوقت لعدة أسابيع بعد الجراحة لدعم الثديين خلال الشفاء. يمكن إزالة أنابيب التصفية خلال يوم أو ثلاثة أيام بعد الجراحة، أما القطب فسوف تزال بعد أسبوعين على الأكثر بعد الجراحة.

يمكنك خلال أسبوعين بعد الجراحة أو حالما تشعرين بأنك جاهزة، العودة إلى نشاطك الطبيعي طالما لا تقومين برفع أي أوزان ثقيلة أو تمارسين الركض أو أي حركة تشمل القفز أو التعرض لصدمات على الصدر خلال تماثله للشفاء.

ما تحتاجين إلى معرفته

من المهم أن تعرفي بإمكانية حدوث نزيف أو تجلط (تخثر) الدم أو فقدان الإحساس بالحلمتين أو الالتهاب. قد تنشأ ندوب غير مندملة أو سميكة وقد يتطلب تصحيحها جراحياً. يمكن في حالات نادرة فقدان الحلمة مما يتطلب إعادة بناء لاحقة.

التزاماتك

هناك خطر أكبر يتهدد اندمال الشقوق عند المدخنات وسوف يطلب منهن التوقف عن التدخين لعدة أسابيع قبل الجراحة وخلال عملية الإنعاش. إن اتباع تعليمات الجراح فيما يختص بالعناية بالجرح وارتداء الملابس المطلوبة والانتباه إلى النشاطات المحظورة كلها ضرورية للحصول على نتيجة جيدة. قد يتم نصحك باستعمال أشرطة السليكون والتدليك و/أو العلاجات الموضعية لتقليل فرص حدوث ندوب حمراء ومرتفعة.

وحتى ولو سمح لك جراحك بالتوقف عن ارتداء حمالة الدعم خلال الليل، فإن ارتداء سترة نسائية داخلية ذات تدعيم داخلي يريحك ويخفض الشد على جراح الثدي. وبينما أن خيارات الملابس تكون محدودة جداً بعد تصغير الثدي بحيث لا يمكنك ارتداء الصدرية النسائية فمن الجيد أن تدمجي أي نوع من حمالات الدعم مع أي ثوب ترتدين.

أهدافك

تكون نتائج جراحة تصغير الثدي مرئية مباشرة بعد العملية ومع ذلك فإن زوال الورم قد يتطلب عدة أشهر. قد يستغرق استقرار وضعية الثديين حوالي العام وقد يستغرق زوال الندوب سنتين. وكيفما كان الأمر اعلمي أن الندوب ستبقى مرئية دائماً بعد الجراحة.

إن إجراء تصغير الثدي بتقنية السويقة لن يتداخل مع قدرة المرأة على الرضاعة، ومع ذلك فإن هذا ليس مضموناً دائماً. ومع أن فرصة حدوث فقدان للإحساس بالثديين أمر نادر إذا تمّ استعمال تقنية السويقة، فإن إمكانية انخفاض الإحساس بالثديين ووظيفة الحلمة تظل ممكنة.

حريتك

العديد من النساء يستغربن من قدرة تصغير الثديين على تحسين نوعية حياتهن وتمكينهن من العيش من دون ألم وانزعاج يومي. إن هذا التصغير يمكن النساء من المشاركة في النشاطات الجسدية التي كانت في يوم من الأيام مستحيلة بسبب حجم ووزن الثديين. لن تجدي نفسك تتسوقين لحمالات جديدة فقط بل أيضاً لطراز جديد من الملابس لم تفكري بتاتاً في شرائها من قبل.

حسب الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ففي العام 2003 كانت عمليات تصغير الثدي تحتل المرتبة الخامسة من أكثر عمليات جراحة تجميل إعادة البناء رواجاً بعدد يتجاوز 113.000 عملية. تلك كانت زيادة ثابتة تبلغ 10.000 عملية أو أكثر عن السنوات الثلاث السابقة. أبلغت الجمعية الأميركية لجراحة التجميل الفنية عن حدوث 125.600 عملية في تلك السنة. إن الفرق يكمن في تعداد عمليات تصغير الثدي من ضمن الحالات التجميلية وإعادة البناء سوياً.

46. هل أستطيع تحسين شكل ثدي تم تشويهه أو فقدانه خلال جراحة سرطان الثدي؟

إن إعادة بناء الثدي هي جراحة لاستعادة أو إعادة بناء ثدي مشوه أو تمت إزالته كلياً بسبب مرض ما بما فيه سرطان الثدي وبعض أمراض الثدي غير الخطرة. إن أي امرأة خضعت لاستئصال الثدي الكلي أو الجزئي عليها تقييم إمكانية إجراء إعادة بناء للثدي قبل الخضوع لعملية الاستئصال. تنفذ عملية استئصال الثدي أو إزالة الورم في معظم الحالات من قبل جراح السرطان أو الجراح العام. إذا تمت استشارة جراح التجميل قبل الجراحة، يمكن عند ذلك تنفيذ أفضل خطة استراتيجية لإعادة البناء. من الأفضل البدء بإعادة البناء عند وقت الاستئصال أو في تاريخ لاحق حسب صحتك والطريقة التي يفضلها طبيبك.

تقنيات إعادة بناء الثدي

إن إعادة بناء كتلة الثدي يمكن أن تتحقق بواسطة إحدى التقنيات الأربع التالية:

- استعمال غرسات الثدي مع تقنية تعرف بتمديد الأنسجة في أكثر الأحيان.
- حاشية اسمها latissimus dorsi، باستعمال عضل ودهن وجلد المرأة نفسها وتؤخذ من ظهرها مع استعمال الغرسات.
- حاشية اسمها TRAM أو حاشية عضلة مستقيمة مستعرضة جوفية، باستعمال عضل ودهن وجلد المرأة نفسها وتؤخذ من بطنها.

- حاشية حرة، باستعمال عضل ودهن وجلد المرأة نفسها وتؤخذ من أردافهـا أو بطنها أو فخذيها مزروعة في القفص الصدري باستعمال تقنيات الجراحية المجهرية.

ينشأ عن كل هذه العمليات كتلة ثدي خلال عدة مراحل. إن إنشاء الحلمة يتطلب عملية إضافية وبشكل نموذجي عبر تقنيات التلحيم و/أو الوشم. إن تحديد العملية الصحيحة لك هو أمر خاص بك أنت وهو يعتمد على درجة التشوّه، وحالة أنسجة الثدي المتبقية وبنيتك الجسدية وصحتك. سوف تدرس جميع هذه العوامل من قبل جراح التجميل الخاص بك ليتمكن من إجراء توصيته بإعادة البناء. سوف يأخذ جراح التجميل أيضاً في عين الاعتبار ما ترغبين به أنت وأهدافك لإعادة البناء على أي حال، يجب أن تعلمي أنه ليست كل عمليات إعادة البناء هي الخيارات الأنسب في كل حالة. قد يرتاح الجراح أيضاً إلى نتائج يحققها بعمليات معينة دون غيرها. إن القليل مثلاً من جراحي التجميل يستعملون الحواشي الحرة لإعادة البناء.

هل يغطيك التأمين؟

إن معظم النساء لا يعلمن، وغالباً لا يبلّغن، بأن شركات التأمين مجبرة بموجب القانون على تغطية أي عملية إعادة بناء للثدي إذا شملت جراحة استئصال (استئصال ثدي كلي أو جزئي). هذا يشمل العمليات التي يحددها جراح التجميل الخاص بك للحصول على تناسق ما بين الثديين بعد جراحة سرطان الثدي. إن تشريع هذا القانون حصل مباشرة نتيجة جهود تأييد المرضى التي تديرها الجمعية الأميركية لجراحي التجميل التي لم تقم فقط بتغطية إعادة بناء الثدي بأمر رسمي بل أيدت أيضاً إجراء العمليات الإضافية على الثدي المقابل لتحقيق التناسق ما بينهما. إن أي امرأة اليوم تخضع لجراحة استئصال ثدي يحق لها بتغطية لعملية إعادة البناء من قبل الشركة المؤمنة. قد تطلب الموافقة المسبقة وهنا يستطيع مكتب الجراح منحك الأوراق اللازمة للتغطية أو مساعدتك على ملء الأوراق لتغطية التأمين.

يمكن الحصول على النص الدقيق للقانون الفدرالي لإعادة بناء الثدي 1998 وأي تحديث للقانون من الموقع http://www.plasticsugery.org/public_education/ Breast-Reconstruction-1998-Resources-State-Laws.cfm.

تحافظ الجمعية الأميركية لجراحي التجميل على تحديث لكل قوانين الولايات التي تتعلق بإعادة بناء الثدي والتي يمكن إيجادها على الموقع: *http://www.plasticsugery.org/public_education/Breast-Reconstruction-* Resources-State-Laws.cfm.

المرشحات الجيدات والتوقيت

تحدد مرشحات إعادة بناء الثدي الجراحية بأربعة عوامل:

- الرغبة الفردية.
- توصيات الطبيب.
- التوقيت.
- الصحة العامة.

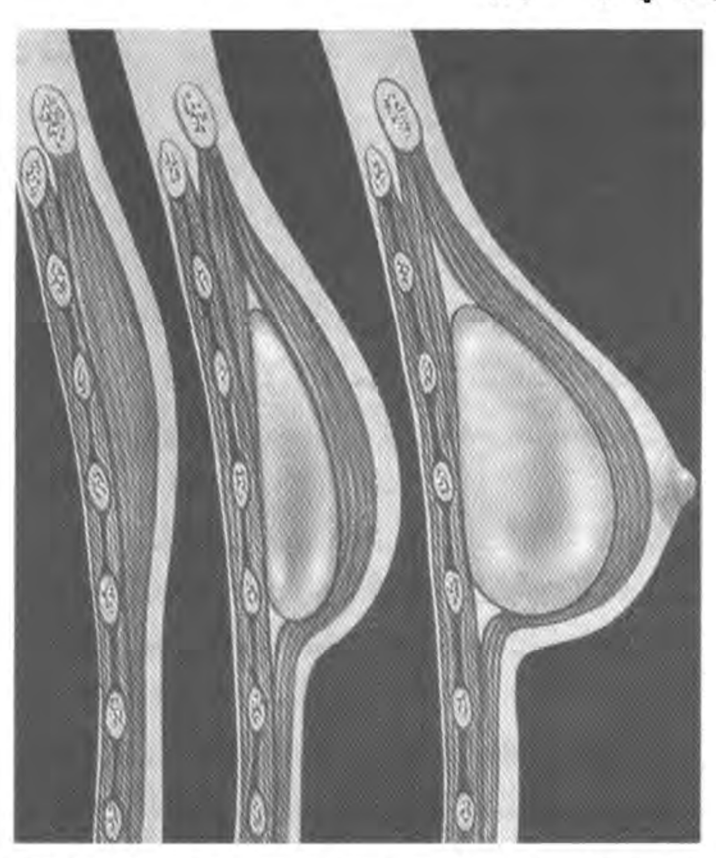
إن إجراء إعادة بناء الثدي قد يبدأ في بعض الأحيان عند وقت استئصال الثدي بالجراحة. يمكن تأخير إعادة البناء بناءً على مجرى العلاج غير الجراحي (العلاج الكيميائي أو الإشعاعي) أو بناءً على توصيات طبيب الأورام. ويمكن تأخيرها أيضاً إذا كانت هذه رغبتك الشخصية.

إن القدرة على الاستفاقة من جراحة استئصال الثدي وإيجاد كتلة ثدي جديدة في مكانها قد يكون أمراً مهماً جداً للمرأة وقد يحسن من مسار شفائها. لذلك، من المهم التفكير بإعادة البناء قبل الخضوع لجراحة الاستئصال. ناقشي هذا الأمر مع جراح الثدي الخاص بك، وإذا أمكن، استشيري جراح التجميل بأسرع وقت ممكن. إن التعامل مع إزالة سرطان الثدي أو ورم الثدي هو أمر صعب جداً لكن تتبع الخيارات المتوفرة لعلاجك يمكنك من العودة إلى حياتك الطبيعية بأسرع وقت. إن صحتك العاطفية والجسدية ستتحسن كثيراً.

كيف تتم العملية؟

تبدأ إعادة بناء الثدي بتقييم دقيق لحالتك وبنقاش مع جراح التجميل حول الخيارات التي يوصي بها طبيبك. يجب أن تشمل المناقشة ما إذا كنت مرشحة جيدة لإعادة البناء، والعملية التي يجدها جراح التجميل مناسبة لك وتوقيت العملية.

إن معظم عمليات إعادة البناء لإنشاء كتلة الثدي تنفذ تحت تأثير التخدير العمومي في المستشفى ويمكن البقاء فيها ليوم واحد أو أكثر. أما العمليات الثانوية مثل تلحيم الحلمة فيمكن تنفيذها في عيادة الجراح أو في مرفق جراحي نقال أو في المستشفى أو في عيادة خارجية.



الرسم 5. إعادة بناء الثدي تمديد الأنسجة. إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج المنفردة. مقدم بإذن من الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ®. كل الحقوق محفوظة. تعلمي أكثر على الموقع *www.plasticsurgery.org*.

الغرسات والتمديد

إن استعمال غرسات الثدي لإعادة بناء كتلة الثدي يتطلب أولاً أنسجة سليمة كافية لتغطية ودعم الغرسة والتي يمكن الحصول عليها بواسطة تمديد الأنسجة.

يبدأ تمديد الأنسجة بوضع بالون مغلف بالسليكون medical-grade يملأ مع الوقت بمحلول مالح معقم عبر صمام داخلي آحادي. حالما يمتلئ البالون ويزيد حجمه، فهو ينشئ خلايا جديدة ويمدد الجلد الفوقي والخلايا الأخرى. قد يستغرق هذا 6 أشهر للحصول على الحجم النهائي وقد يرافق عملية التمديد عدم راحة.

حالما ينتهي إجراء تمديد الأنسجة، قد يستبدل الممدد الموجود بغرسة ثدي نهائية. إن بعض أنواع الممددات تخدم كغرسة نهائية.

ما عليك توقعه

إن وضع الممدد قد يتسبب بإزعاج وعدم راحة ولكن يمكن التحكم بهذا الأمر بواسطة الأدوية عبر الفم أو مضخة للألم. يجب أن يقل الانزعاج كثيراً خلال الأيام 3 إلى 4 بعد الجراحة. يوصى بالنوم أو الاستلقاء بشكل مرتفع قليلاً كي تشعري بالراحة. يجب أن تكوني خلال 3 إلى 4 أيام جاهزة للقيام بنشاطات عادية خفيفة بعد الجراحة. تتم عادة إزالة القطب خلال 10 أيام بعد الجراحة. ستكون أماكن الشقوق حمراء وقد ترتفع وتسبب حكة لبعض الوقت بعد الجراحة. إن تدليك أماكن الشقوق ووضع تغليف من السليكون أو المراهم الموضعية مثل Mederma التي تخفف من الندوب، قد يحسن من حالة الندوب.

حالما يوضع الممدد، يجب عليك الذهاب دائماً إلى جراح التجميل لزيادة كمية السائل تدريجياً في الممدد. إن عملية ملء الممدد وتمديد الأنسجة قد تكون غير مريحة لكن يمكنك استعمال الأدوية المسكنة الموجودة في المحال أو استعمال الأدوية الموصوفة من قبل الطبيب للتخفيف من الألم.

عند استبدال ممدد الأنسجة بالغرسة، قد تشعرين بنفس الإحساس لكن بانزعاج أقل من مرحلة تمديد الأنسجة. أكثر من ذلك يجب أيضاً أن تتوقعي بقاء ندوب مرئية دائمة على كتلة الثدي. يحاول جراحو التجميل إحداث هذه الندوب في أماكن يمكن إخفاؤها بملابس السباحة أو الحمالة لكن وضعية الورم الذي تمت إزالته لا تسمح بذلك في بعض الأحيان.



الرسم 6. الحاشية latissimus dorsi. إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج المنفردة. مقدم بإذن من الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ®. كل الحقوق محفوظة. تعلمي أكثر على الموقع *www.plasticsurgery.org*.

الحاشية latissimus dorsi

عندما لا يكون عند المرأة أنسجة ثدي كافية من جسمها لدعم الغرسة، أو إذا خضعت لعلاج إشعاعي أو تعرضت لالتهابات سابقة فإن تمديد الأنسجة لا يكون ملائماً وتكون الحاشية latissimus dorsi في هذه الحالات خياراً جيداً. تستعمل الحاشية العضلة والأنسجة الفوقية المأخوذة من ظهر المرأة نفسها والتي تبقى موصولة بمصدر الدم الأصلي والأعصاب. إنها تنقل تحت الإبط عبر ممر إلى صدر المرأة وتكون الحاشية قاسية عامة بحيث تستطيع دعم غرسة الثدي. قد يتوفر في بعض الحالات المعينة أنسجة تكفي لإنشاء كتلة ثدي دون استعمال الغرسة.





الرسم 7. إجراء الحاشية Tram. إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج المنفردة. مقدم بإذن من الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ®. كل الحقوق محفوظة. تعلمي أكثر على الموقع *www.plasticsurgery.org*.

الحاشية TRAM

تستعمل الحاشية TRAM الجلد والعضل والدهن المأخوذ من بطن المرأة الذي يبقى موصولاً بمورد الدم الأصلي والأعصاب. قد لا تكون الحاشية TRAM مناسبة في الحالات التي يكون فيها عند المرأة دهن زائد في البطن أو إذا خضعت المرأة سابقاً لجراحات في البطن. يتم تمرير الحاشية عبر ممر صعوداً إلى موقع كتلة الثدي وتوفر أنسجة تكفي لإنشاء ثدي كامل معاد بناؤه. يستدعي الأمر وبشكل عام مرحلة ثانية لتشكيل الثدي بشكل نهائي. إن الإفادة الجانبية لعملية الحاشية TRAM هو حصول المريضة على ربط في المعدة.

الحواشي الحرة

عندما لا تكون كل طرق إعادة بناء الثدي مناسبة، فإن بعض جراحي التجميل ينفذون إعادة البناء باستعمال الحواشي الحرة. يمكن فصل الأنسجة كلياً من الأرداف أو الفخذ أو البطن مع موارد الدم والأعصاب وزرعها في مكان كتلة

الثدي باستعمال تقنيات الجراحة المجهرية لوصل شرايين الدم والأعصاب مع الشرايين والأعصاب في الموقع الجديد. تستعمل الحواشي الحرة بشكل عام عندما لا ينتج عن استعمال الحواشي الأخرى أنسجة مناسبة لإنشاء كتلة ثدي. إن أي تقنية حاشية حرة تؤدي في أكثر الأحيان إلى إنشاء كتلة ثدي كاملة.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن الالتهاب والنزيف هما من بين مضاعفات أي من تقنيات إعادة بناء الثدي بالإضافة إلى الخطر الذي يرافق التخدير. بالإضافة إلى ذلك، فإن في تقنية الحاشية خطر فقدان الأنسجة إما في مكان كتلة الثدي المعاد بناؤه أو في المكان الواهب. إن استعمال الغرسات يشمل خطر حالة تعرف بالتقلص الكبسولي حيث تتشكل أنسجة ندب زائدة حول الغرسة مما يتسبب بملمس قاس جداً وشكل غير طبيعي. أيضاً فإن استعمال أي غرسة ثدي يحمل خطر التسرب أو التمزق مما يتطلب إزالة الغرسة واستبدالها إذا أردت. إن أي من هذه العمليات يتطلب جراحة أخرى. يضاف إلى ذلك أن التهاب أو كشف الغرسة قد يتطلب إعادة مراجعة باستعمال تقنية الحاشية.

التزاماتك

على المرأة التي تخضع لإعادة بناء للثدي مسؤوليات عديدة فيما يتعلق بعملية إعادة البناء. إذ يجب على المدخنات التوقف عن التدخين لعدة أسابيع قبل وخلال عملية إعادة البناء. من المهم أيضاً بالنسبة لك الاستمرار بزيارة جراح التجميل واتباع كل تعليمات طبيبك.

أهدافك

إن نتائج إعادة بناء الثدي تكون مرضية جداً. يستطيع جراحو التجميل جعل الثدي يبدو طبيعياً جداً لكن الإحساس بالثدي باللمس والشعور لن يماثل حالة الثدي الطبيعي. سوف تفقدين الإحساس بالحلمة إذا تمت إزالتها خلال جراحة استئصال الثدي وسوف تفقد الحلمة قدرتها على الانتصاب. إن المرأة التي خضعت إلى إعادة بناء الثدي لن تتمكن من الإرضاع من الثدي المعاد بناؤه.

سوف تبقى الندوب دائماً على موقع الثدي من جراحة الاستئصال وفي المكان الواهب، إذا استعملت الحواشي.

للحفاظ على صحتك عليك دائماً زيارة طبيب الأمراض. من المهم أيضاً زيارة جراح التجميل الخاص بك خصوصاً عند استعمال الغرسات لإعادة البناء.

الحلول البديلة

لا يوجد هنالك حل بديل لإعادة البناء الجراحية للثدي تمكّن المرأة من الحصول على ثدي يكون جزءاً من جسمها. إن الإضافة الخارجية هي حل بديل غير جراحي يمكن اللجوء إليه بواسطة ملابس داخلية. قد يكون هذا النوع من الإضافات الخارجية غير مريح ويمنع المرأة من ارتداء أنواع معينة من الملابس.

حسب الجمعية الأميركية لجراحي التجميل فإن عدد عمليات إعادة بناء الثدي قاربت 69.000 عملية في العام 2003 وهذا انخفاض ثابت وبطيء عبر السنوات الماضية. إن السبب الأبرز هو الزيادة في عدد جراحات الاستئصال الجزئية للأورام الصغيرة والانخفاض في عدد جراحات استئصال الثدي الكلية.

حسب الدراسة التي أصدرتها جمعية السرطان الأميركية في نوفمبر من العام 2000 والتي قادها باحثون من جامعة ميتشيغن فإن "النساء اللواتي خضعن إلى إعادة بناء للثدي بعد جراحة استئصال للثدي استفدن كثيراً من الناحيتين الجسدية والنفسية". إن توقيت إجراء إعادة البناء أثر كثيراً في هذه الفوائد لكن يبدو أن التقنيات المستعملة، مع أو بدون وضع غرسة ثدي، لم تحدث أي فرق في معدل إرضاء المرأة.

أصدرت الجمعية ASPS في العام 2003 تقريراً عن 17,341 غرسة ثدي استعملت في إعادة بناء لثدي تمت إزالته جراحياً وتم استبدال 73% منهم.

أصدرت المعاهد الوطنية للصحة تقريراً على أنه تم تشخيص حوالي 165,000 امرأة لديهن سرطان ثدي في العام 2000. وفي السنة نفسها تم تنفيذ ما يتجاوز 80.000 عملية إعادة بناء ثدي. والافتراض هو أن أقل من نصف كل النساء اللواتي تم تشخيصهن بسرطان الثدي سوف يخضعن لإعادة البناء. على أي حال فإن من بين اللواتي تم تشخيصهن، هنالك معلومات ناقصة عن عدد اللواتي أجرين استئصالاً كلياً أو جزئياً للثدي (يدعى أيضاً جراحة صيانة الثدي).

لا توجد إحصاءات في الوقت الحالي تحدد عدد النساء اللواتي تم التشـخيص أن عندهن سرطان ثدي قد تم تسليمهن معلومات عن إعادة بناء الثدي. تقدّر بعض الدراسات أنه بين ثلث إلى نصف النساء اللواتي خضعن إلى عمليات إزالة قسم أو جزء من الثدي بسبب مرض ما لا يحصلن على أي معلومات حول إعادة البناء.

47. هل تزيد جراحة الثدي التجميلية من خطر أمراض الثدي لديّ؟

لا يوجد علاقة مبرهنة بين أي نوع من جراحة الثدي بما فيها الجراحة مـع الغرسات وأمراض الثدي. إن المعاهد الوطنية للصحة ومعهد السـرطان الـوطني وإدارة الأغذية والأدوية الأميركية FDA لم يقدموا وحتى تاريخ نشر هذا الكتاب أي تصاريح تربط بين جراحة الثدي وأمراض الثدي أو أي معلومات تربط بين النساء اللواتي خضعن إلى جراحة ثدي إلى أي نوع من أمراض الثدي. أبلغـت معاهـد الطب الأميركية في العام 2000 أن سرطان الثدي ليس رائجاً أكثر بـين النسـاء اللواتي استعملن الغرسات من اللواتي لم يستعملن الغرسات. بالإضافة إلى ذلك، أصدر الباحثون في معاهد السرطان الوطنية في أبريل من العـام 2001 تقريـراً مفـاده أن "النساء اللواتي استعملن غرسات الثدي لا يتعرضن لخطـر متزايـد لمعظـم أنـواع السرطان". أفادت الدراسة أيضاً أنه لا يوجد هنالك خطراً متزايداً للأنـواع السـرطانية مثل الساركوما والورم اللمفاوي هودجكين أو غير هودجكين أو ميلوما متعددة.

فيما يختص بالأمراض غير سرطان الثدي فإن مركـز U.S. FDA للأجهـزة والصحة الراديولوجية أبلغ في العام 2000 أن معظم تقارير الدراسات عن مرض النساء المعتقد أنه مرتبط بالغرسات "لم يظهر أي علاقة بغرسات الثدي". أكثر مـن ذلك، لا يوجد معلومات أن غرسات الثدي تضر الأطفال المولودين مـن أمهـات استعملن الغرسات (المملوءة بجل السليكون أو المحلـول المـالح) والـذين تمـت رضاعتهم أو لم تتم. لكن تشير الدراسات إلى أن غرسات الثدي تستطيع في بعض الحالات إعاقة قدرة المرأة على الرضاعة. وكم يحصل هذا الأمر عادة فهو غيـر معروف. بالإضافة إلى ذلك أبلغت إحصاءات المركز FDA أيضاً في العام 1998 أن معدلات السليكون في حليب المرأة التي لديها غرسات ثدي من جل السـليكون هي نفسها بالمقارنة مع النساء اللواتي لم يستعملن غرسات السليكون.

إن التقلص الكبسولي هو الحالة الوحيدة من غير جدال المرتبطة بغرسات الثدي. لكن التقلص الكبسولي ليس مرضاً، بل هو زيادة في أنسجة الندوب التي تتشكل حول الغرسة. قد تحصل هذه الحالة مع أي نوع من الأجهزة المغروسة في الجسد ويمكن تقليصها وتصحيحها في كل الحالات تقريباً.

وفي الواقع، فإن النساء اللواتي خضعن لجراحة الثدي من أي نوع يستطعن إجراء الفحص الذاتي للثدي BSE ويتعرفن أكثر على أحساس وشكل أنسجة أثدائهن. أما النساء اللواتي خضعن إلى إعادة بناء للثدي فإن إحساس أنسجة أثدائهن يختلف عن الثدي الطبيعي. إن مرضى تصغير وتكبير الثدي سوف يختلف إحساسهن قليلاً في أنسجة أثدائهن. على أي حال فإن هذا لا يعيق إجراء فحص الثدي الذاتي أو تصوير الثدي بأشعة أكس.

وفي تقرير لعيادة Mayo أن النساء اللواتي لديهن غرسات من المحلول المالح يسهل عليهن إجراء فحص الثدي الذاتي. إن الغرسات تفصل أنسجة الثدي عن الجسم مما يظهر أكثر التغيرات في أنسجة الثدي.

إن النساء اللواتي يكون لديهن أثداء كبيرة جداً يكتسبن في الحقيقة فوائد صحية كبيرة ويقلصن من خطر سرطان الثدي بإجراء جراحة تصغير الثدي.

يمكن إيجاد أسئلة حول أي عملية جراحية للثدي أو غرسات الثدي والمواضيع التي تتعلق بالصحة على الموقع: *http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/breastimplantsbreastreconstruction.html*. وهو مصدر المكتبة الطبية Medlin للمعاهد الوطنية للصحة الأميركية.

القسم الثامن

جسم أفضل:
تحسين محيط الجسم
بواسطة الجراحة

ما هو محيط شكل الجسم؟

ما هو شفط الدهون وكيف يمكن أن يقلل من الدهون؟

هل يمكن تصحيح ارتخاء الجلد بالجراحة التجميلية؟

ما هو ثني المعدة؟

وأكثر...

إن معظمنا يحتاج إلى بذل مجهود قليل (أو كثير) للمحافظة على جسم مناسب وجذاب. إن نتائج الوراثة والتقدم في السن وفقدان الوزن الكثير تؤثر كثيراً على المحيط الجسدي للجسم بغض النظر عن كمية القيام بالتمارين الرياضية. زد على ذلك بالنسبة للنساء الحمل ومع هذه المجموعة من العوامل سوف تكون النتيجة محيط جسم غير متناسق بسبب الدهن الزائد والتدلّي أو الجلد المرتخي وحتى العضلات المفصولة.

إن جراحة الثدي النسائية تغير بوضوح محيط شكل الجسم. لكن بسبب الطبيعة المتخصصة للثدي النسائي فإن هذه العمليات لها فئة لوحدها. أما كل عمليات الجراحة التجميلية الأخرى التي تغير شكل ومظهر الجسم تقع تحت فئة "محيط شكل الجسم".

48. ما هو محيط شكل الجسم؟

إن تحسين محيط الجسم هو جراحة التجميل التي تغيير شكل المظهر الجسدي للجسم وهو يشمل العمليات التي بشكل عام:

- تزيل الدهن الزائد من الجسم.
- تخفف الجلد الزائد والأنسجة الأخرى من الجسم.
- تجمّل محيط شكل الجسم الصغير.

لقد تم تصميم إجراء محيط شكل الجسم لجعل الجسم أكثر تناسقاً. إن عمليات محيط شكل الجسم تستطيع في بعض الحالات تحسين شكل الجسم. مثلاً، تستطيع عملية ربط المعدة تصحيح فصل في عضلة البطن تعرف بـ diastasis. وفي حين أن معظمنا يحب أن يبدو نحيفاً ورشيقاً فهنالك البعض يرغبون بتكبير محيط أجسامهم عبر الغرسات التي تغير وتكبر حجم منطقة معينة في الجسم.

إن تكبير محيط شكل الجسم رائج جداً في البلاد الأوروبية وأميركا اللاتينية وبدأ رواجه يزداد في الولايات المتحدة. لقد تمّ في العام 2003 تعريف "غرسات الردف" من قبل WebMD على أنها واحدة من "7 فروع جديدة في الجراحة التجميلية" (*www.webmed.com*).

محيط شكل الجسم الجراحي

يتحقق تحسين شكل الجسم الجراحي عبر تقنيات جراحية تحقق واحدة مما يلي:

- إزالة الدهن عبر الشفط (شفط الدهون).
- تقليل مباشر للجلد و/أو السمنة.
- تغيير مكان العضلات.
- التكبير باستعمال الغرسات.
- التكبير باستعمال أنسجة الشخص نفسه.

يتم تحسين محيط شكل الجسم بواسطة الجراحة. لا يوجد هنالك طرق غير جراحية مبرهنة تستطيع تحقيق النتائج نفسها مثل تحسين محيط الجسم جراحياً. إن التمارين الرياضية المنتظمة سوف تثبت وتقسي وتزيد حجم العضلات، أما الحمية و/أو الرياضة فهي تساعدك على فقدان الوزن. إن نتائج التمارين وفقدان الوزن يمكنهما تحسين شكل جسمك، لكنهما لا يستطيعان تصحيح الجلد المتدلي الناتج عن فقدان الوزن الكبير أو الذي يتكون مع التقدم في السن. ولا تستطيع الحمية أو التمارين أيضاً إزالة الدهن الوراثي الزائد الذي ينتج عن الوراثة ويتجمع في أماكن معينة في الجسم.

خلال قراءتك لهذا القسم حول عمليات محيط شكل الجسم قد تستغربين عدم وجود مرجع عن العلاج الطبي "المتجدد" أو "الفريد من نوعه" المعلن عنه لتحسين شكل الجسم. سنناقش في هذا الكتاب فقط عمليات تحسين محيط شكل الجسم التي يتم تدريسها في برامج التدريب والزمالة الطبية ومعاهد التعليم الطبية المعترف بها والتي تشمل:

- شفط الدهون لإزالة السمنة بما فيها تقنيات التورم وفوق السمعية.
- علاج أنسجة الثدي الذكرية الزائدة gynecomastia.
- ثني المعدة لتحسين شكل البطن وتغيير وضعية أو تصحيح عضلات البطن.
- شد الجسم للتخفيف من الجلد والأنسجة والدهن الزائد في الجسم وتصحيح مكان الأنسجة المتبقية.

- تصحيح شكل أعلى الذراع من الارتخاء والتدلي جراحياً – البراكيوبلاستي.
- التكبير باستعمال الغرسات أو الدهن لزيادة تعرجات محيط الجسم وحجم الأرداف والجلد والفخذين (تم في القسم 7: جراحة الثدي، تغطية موضوع تكبير الثديين بإسهاب).
- ائتلاف العمليات أعلاه لتحسين شكل الجسم خصوصاً بعد فقدان كبير للوزن.

49. هل تحسين محيط شكل الجسم هو البديل عن التمارين وفقدان الوزن؟

إن عمليات تحسين محيط شكل الجسم قد تصغر حجم محيط الجسم لكنها ليست البديل لفقدان الوزن. إن السبب الوحيد الذي يجعل محيط شكل الجسم يتسبب بفقدان الوزن هو عمليات إزالة الأنسجة (وهذه لها وزن) من الجسم.

إن عمليات محيط شكل الجسم ليست الحل للحصول على جسم أفضل للأشخاص البدينين أو الذين تكون صحتهم ضعيفة أو الذين لا يمارسون عادات أكل صحية والتمارين المناسبة. وكي تكون عمليات محيط شكل الجسم آمنة وفعّالة، يجب أن تكوني في حالة جسدية جيدة. لا يوجد جدوى في إعادة تشكيل الجسم إذا كان وزنك غير ثابت ولا تمارسين التمارين بشكل مستمر مما يبقي وزنك مستقراً وجسمك نشيطاً. أكثر من ذلك إذا كنت بدينة أو صحتك سيئة فقد تواجهين خطر صعوبة استعادتك لعافيتك وقد تواجهين نتائج غير مرضية. وإذا استمرت عاداتك السيئة فإن الفوائد التي قد تكسبينها من جراحة محيط شكل الجسم سوف لن تعيش طويلاً. وعلى العكس من ذلك، فإن المحافظة على أسلوب حياة صحي ونشيط يؤدي إلى تحسن طويل الأمد يتأثر فقط بتقدم السن وتغيير الوزن (بما فيه الحمل).

50. كيف يمكن التقليل من الدهون؟

إن شفط الدهون هو جراحة تستعمل الشفط الفراغي ومعدات خاصة لإزالة تجمعات الدهن المحلية وتحت الجلدية. إن الدهن تحت الجلدي هو الدهن الموجود مباشرة تحت الجلد وفوق العضل. إن ترسبات الدهن الوراثية هي التي تتشكل بسبب الوراثة وتبقى بالرغم من الحمية والتمارين. إن الأفراد الذين يتمتعون بلياقة

ولكن لديهم ترسبات دهن وراثية هم مرشحون جيدون لعملية شفط الدهون. إن شفط الدهون يحسن أيضاً محيط شكل الجسم للأشخاص الذين لديهم عدم تناسق في ترسب الدهن في مناطق جسدية معينة. تشمل هذه المناطق غالباً:

- دهن في الرقبة يبدو على شكل ذقن في الرقبة أو ذقن مزدوج.
- جسم سفلي غير متناسق مع الجسم العلوي.
- معدة أو ورك أو فخذ أو أرداف أو ركبة أو كاحل أو ذراع علوي يوجد فيها انتفاخ ومحيط شكل غير طبيعي.
- ثدي رجالي يظهر تقريباً وكأنه نسائي ويوجد فيه تعرجات زائدة.

يمكن استعمال شفط الدهون أيضاً كتقنية في تصغير الثدي النسائي. ناقشنا في السؤال 45 العملية وكل التقنيات المناسبة لتصغير حجم الثدي النسائي.

إن شفط الدهون يزيل الدهن الزائد ويحسن بعض محيطات الجسم لكن لا يزيل الجلد. لذلك، فإن المرشحين الجيدين لشفط الدهون يجب أن يكون لديهم جلد سليم مطاطي ينكمش مع محيط شكل الجسم الجديد بعد الجراحة. عندما لا يتقلص أو ينكمش الجلد مع محيط شكل الجسم الجديد يستدعي الأمر استعمال تقنيات جراحية مثل شد الجسم مع أو بعد شفط الدهون.

إن شفط الدهون لا يصحح النسيج الخلوي أو السلوليت الذي يظهر بشكل غمازات على جلد الأرداف والأوراك وفخذي بعض النساء. وفي بعض الحالات قد تسوء حالة السلوليت كثيراً. لماذا؟ لأن السلوليت يتواجد فوق ترسبات الدهن التي يتم شفطها. عند شفط أو تصغير هذه المناطق، فإن فقدان الحجم تحت الجلد قد يتسبب بظهور غمازات السلوليت أكثر.

تم تطوير شفط الدهون في أوروبا في الثمانينيات كإجراء جراحي لشفط ترسبات الدهون الزائدة من الجسم. تم استعماله أولاً في الأوراك والفخذين والأرداف. وقد كانت القناة cannula أو الأنبوب المعدني الرقيق المفرغ المولج تحت الجلد لإزالة الدهن، كبيراً (قطر من 10 ملم أو أكثر) ورأسه غير حاد. كان الأنبوب يقحم بقوة إلى الأمام والخلف لترخية الأماكن الكبيرة من الدهن الجلدي التحتي (الدهن الموجود مباشرة تحت سطح الجلد) وكان موصولاً بأنبوب متحرك

متصل بالشفط الفراغي لإزالة الدهن المحلي.

ما زالت تقنية شفط الدهون تستعمل القناة cannula والشفط لطرد وإزالة الدهن من الجسم، لكن تمّ تطوير تقنيات أحدث ومثالاً على ذلك، تم استعمال قنوات أصغر لإزالة حجم إجمالي أكثر من الدهون ولتشكيل محيطات شكل جسم أنعم. تمّ مؤخراً تطوير تقنيات جديدة مثل شفط الدهون بمساعدة التقنيات فوق الصوتية التي تساعد على تشكيل أفضل للجسم. يشرح هذا الفصل هاتين التقنيتين وحسناتهما.

يمكن في بعض الأحيان تنفيذ شفط الدهون باستعمال محقنة موصولة بالقناة cannula لسحب الدهن الجلدي التحتي. يمكن عند ذلك استعمال الدهن المتجمع لتكبير مناطق أخرى في الجسم. تسمى هذه العملية حقن الدهن autologous أو تحويل الدهن (مشروح في القسم 11).

من يجري شفط الدهون؟

عليك أن تفهمي التالي بتمعن كلي قبل اختيار الجراح المؤهل لشفط الدهون. لا توجد هنالك وسائل قانونية للتحكم بمن سوف يقوم بعملية شفط الدهون في الولايات المتحدة. أيضاً فإن معدات شفط الدهون الموافق عليها من قبل FDA قد تباع إلى أي طبيب مرخص على الرغم من عدم خضوع ذلك الطبيب إلى أي تدريب رسمي في شفط الدهون أو عدم حيازته على أي من المؤهلات الجراحية.

إن أفضل فرصة للجراحة الآمنة والنتائج الجيدة تبدأ باستشارة جراح تجميل معتمد من قبل المجلس الأميركي لجراحي التجميل أو طبيب أمراض جلدية معتمد من قبل المجلس الأميركي للأمراض الجلدية مع تدريب إضافي على شفط الدهون. إن أي جراح تختارينه يجب أن يكون خاضعاً إلى تدريب معترف به في شفط الدهون إمّا خلال فترة كونه طبيباً مقيماً أو من خلال التعليم المستمر. إن الأطباء الآخرين ليس لديهم التدريب المتخصص والمناسب لتنفيذ شفط الدهون لتحسين محيط شكل الجسم. إن جراحي تجميل الوجه المعتمدين من قبل المجلس والذين مروا بتدريب مناسب على شفط الدهون هم أفضل جراحين لعمليات الوجه والرقبة.

هل يغطيك التأمين؟

إن شفط الدهون لتحسين محيط شكل الجسم هو عملية تجميلية. عند استعمال تقنيات شفط الدهون لتصغير الثدي النسائي أو في الحالات الأخرى التي قد تعتبر

إعادة بناء، فإن التأمين قد يغطيها. راجعي شركة التأمين واحصلي دائماً على الموافقة المسبقة.

المرشح الجيد

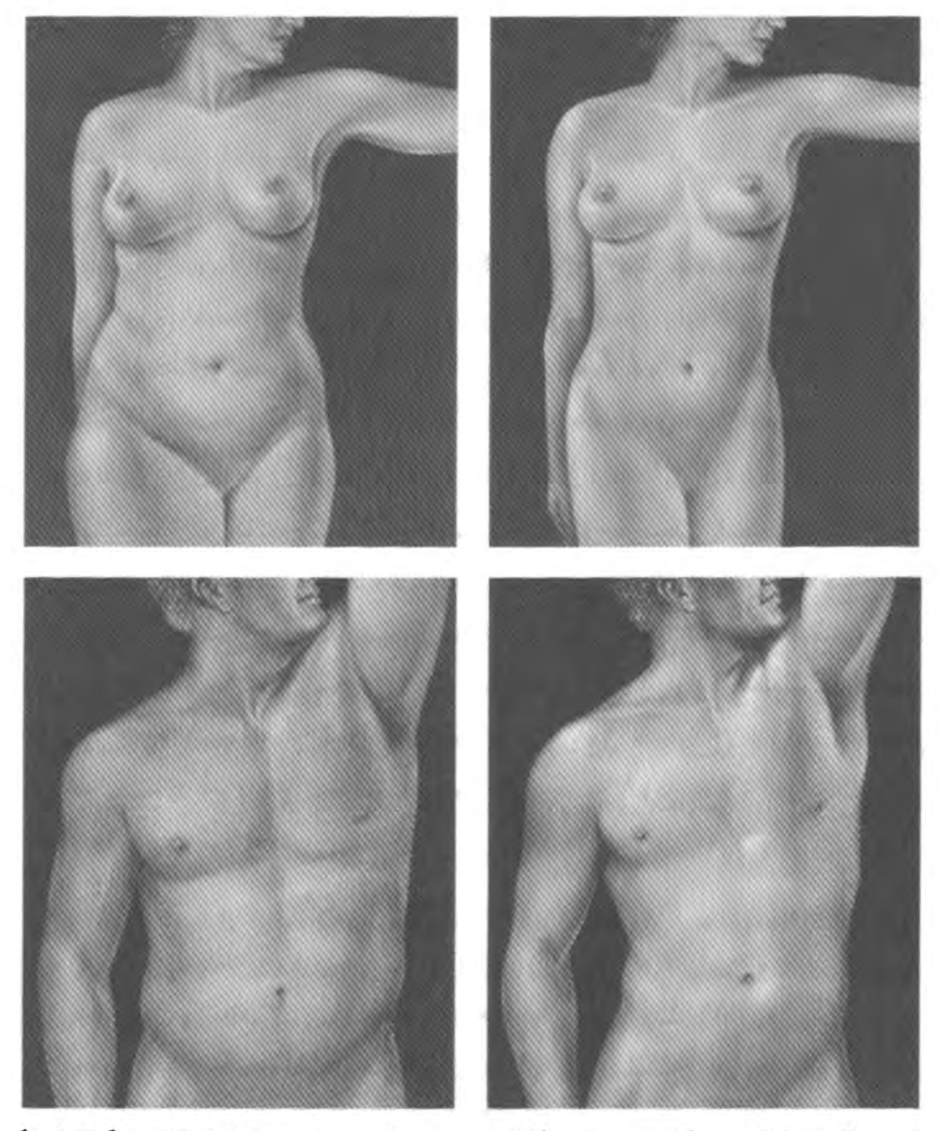
إن المرشح الجيد لشفط دهون الجسم هو الشخص الذي يتمتع بصحة جيدة ولائق بدنياً والذي لا يكون وزنه زائداً بشكل كبير ولا يفكر بشفط الدهون كوسيلة للتحكم بالوزن. شفط الدهون يجب أن ينفَّذ بشكل نموذجي على الرجال والنساء الراشدين (ينفذ في بعض الأحيان على المراهقين الكبار) ويكونون سليمين صحياً من الناحية الجسدية والعاطفية وعلى الأفراد المنزعجين من شكل ومظهر ترسبات الدهن المحلي الزائد.

بالإضافة إلى ذلك، وكما ذكرنا أعلاه، فإن على مرشحي شفط الدهون أن يكون لديهم جلد سليم مع مطاطية جيدة. إن المرشحين الذين لديهم حالات صحية قد تؤثر في اندمال الجرح أو النزيف مثل مرضى السكر وفقر الدم والاستسقاء وتجلط الدم فهم ليسوا بالمرشحين الجيدين. أما الأشخاص الذين يتناولون مسيلاً للدم مثل الكومادين أو الأسبيرين أو البيرسانتين فقد يحرمون من العملية إلاّ إذا قال طبيبهم المعالج بالتحديد أن بمقدورهم التوقف عن تناول هذه الأدوية بشكل آمن خلال فترة معينة قبل وبعد الجراحة.

إن الجمعية الأميركية لجراحي التجميل أعلنت في تقريرها عام 2003 عن إحصاءات إجرائية أن شفط الدهون هو أكثر إجراء تجميلي رائج للرجال والنساء سوياً وأن ما يزيد عن 61.000 رجل خضعوا لشفط الدهون في العام 2003 وما يقارب 323.000 امرأة خضعن لشفط الدهون. إن هذه زيادة تبلغ 117% في شفط الدهون منذ العام 1997.

كيف يتم

إن شفط الدهون هو إجراء آمن ويرضي كثيراً المرشحين الجيدين عند تنفيذه من قبل الجراحين المؤهلين. إن أي تقنية لشفط الدهون تتطلب أولاً تقييماً دقيقاً لحالتك الجسدية بما فيها نوع الجلد ومحيط شكل الجسم الذي تريدين تحسينه. إن كل فرد يختلف عن الآخر بشكل جسمه أو جسمها. لذلك يجب التعامل مع كل حالة من شفط الدهون باستقلالية عن الحالة الأخرى.



الرسم 8. شفط الدهون قبل وبعد. إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج المنفردة. مقدم بإذن من الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ®. كل الحقوق محفوظة. تعلمي أكثر على الموقع *www.plasticsurgery.org*.

سوف يقوم الجراح قبل الجراحة بتعليم أو رسم دوائر على المناطق التي ستعالج. (إن تغيير الوضعية والتورم والسوائل المستعملة في تقنية التنفيخ سوف تتسبب بتغيير محيط تلك المناطق خلال العملية).

إذا استعملت تقنيات التنفيخ فسيتم أولاً ترشيح المناطق التي سيتم شفطها

بالسوائل. إن هذا يخدر المنطقة ويعصر شرايين الدم وينفخ خلايا الـدهن. حالمـا تنتفخ المنطقة، (ولهذا السبب تعرف التقنية بتقنية التنفيخ) سيتم إيلاج قنـاة cannula ذات حجم مناسب عبر شق صغير ذي وضعية استراتيجية. حالمـا تصـبح القنـاة تحت سطح الجلد وفي الترسب الدهني المحلي، فإن الحركة المتحكم بها إلى الأمام والخلف ترخي وتشفط الدهن الجلدي التحتي لتشكيل محيط جسمك الجديد.

ما عليك توقعه

ينفَّذ شفط الدهون التقليدي تحت تأثير التخدير العام أو التخدير الموضعي مـع المسكنات. وتشمل تقنيات التنفيخ أدوات التخـدير الموضـعية ويمكـن اسـتعمال المسكنات المدخلة عبر الفم أو المدخلة عبر الأوردة لتأمين راحة أكثر. إن التخدير الموضعي لوحده قد يكون مناسباً في حالات محدودة. إلا إذا كنت تخضعين لعملية شفط دهون كبيرة (محددة في السؤال 53) فإن العملية يمكن أن تنفـذ فـي عيـادة خارجية أو عيادة الطبيب أو مرفق طبي جراحي في المستشفى أو المستوصف.

سوف تشعرين بالانزعاج وبوجود كدمات بعد العملية في المناطق التـي تـم شفطها. قد يزداد الانزعاج في الساعات الأولى التي تلي الجراحـة خـلال زوال مفعول التخدير وبداية فترة الشفاء. إن الأدوية المدخلة عبر الفم تكون مناسبة بشكل عام للتحكم بالانزعاج. إذا خضعت لشفط دهون بمساعدة تقنيـة فـوق الصـوتية، (محددة في السؤال 52) قد تجدين أنابيب صغيرة رقيقة في أماكن الشقوق لتصـفية السوائل الزائدة التي قد تتجمّع. يمكنك ارتداء ضمادات مطاطيـة ورداءً ضـاغطاً للمساعدة على تقليص الجلد وانكماشه إلى محيط شكل جسمك الجديد. إن الشـقوق قد تحتاج إلى تقطيب أو قد لا تحتاج وهذا يعتمد على الطريقة التي يفضلها طبيبك. يحتاج الأمر إلى قطبة واحدة أو أكثر في كل جرح فـي معظـم الحـالات. لـن تستطيعي رؤية النتيجة مباشرة بسبب كمية التورم والضمادات.

يجب أن يتواجد معك صديق راشد أو فرد من العائلة أو شخص يعتنـي بـك لمدة 24 ساعة على الأقل بعد الجراحة. سوف يتم تشجيعك على السير مباشرة بعد الجراحة لتحاشي تشكل جلطات دموية. وسوف تشجعين على العودة إلى ممارسـة نشاطك الطبيعي الخفيف حالما يسمح لـك جرّاحـك بخلـع الـرداء الضـاغط أو الضمادات المطاطية. إن ارتداء ملابس الرياضة الداخلية تساعدك على الدعم عنـد

خلع الرداء الضاغط أو الضمادات المطاطية. سوف يبلغك طبيبك عن وقت معاودتك ممارسة التمارين الرياضية القوية.

ما تحتاجين إلى معرفته

أبلغت الإدارة U.S.FDA في معلومات المستهلك حول سلامة شفط الدهون ضمن دراساتها أن الموت بسبب شفط الدهون منخفض وهو 3 حالات لكل 100.000 عملية.

يمكن توقّع حدوث الانتفاخ والتغيرات في إحساس جلدك خلال فترة شفائك. تشمل المضاعفات محيط جسم غير عادي قد يتطلب شفط دهون إضافياً للتصحيح. إن تجمع السوائل (hematoma أو seroma) تحت الجلد ممكن أيضا وقد يلزم الأمر تصفيتها. إن عدم التوازن في السوائل والالتهاب والنزيف والصدمة والانسداد في الأوعية الدموية الرئوية هي مضاعفات نادراً ما تحدث. والأكثر ندرة هو انثقاب الأعضاء الحيوية. إن خطر المضاعفات الخطرة يكون أعلى عند تنفيذ شفط الدهون على كميات كبيرة أو عند إجراء الشفط مع عملية جراحية كبيرة تستغرق وقتاً طويلاً.

مسؤولياتك

على المدخنين التوقف عن التدخين قبل الجراحة وخلال فترة الشفاء. بالإضافة إلى ذلك قد تحتاجين إلى التوقف عن تناول بعض الأدوية المعينة. عليك اتباع كل تعليمات طبيبك بما فيها ارتداء الرداء الداعم أو الضاغط طوال المدة التي يطلبها الجراح. إن نجاح النتائج يعتمد جداً على تعاونك والتزامك.

إن المحافظة على وزن ثابت يزيد من فرص تطويل عمر نتائج شفط الدهون. (إن الحمل بعد إجراء شفط للدهون من البطن قد يغيّر النتائج وقد تحتاجين إلى جراحة أخرى لتصحيح الجلد المتدلّي).

أهدافك

إن النتائج النهائية لشفط الدهون تظهر مع الوقت. بعض التغييرات سوف تكون مرئية مباشرة وسوف يتحسن مظهرك تدريجياً بعد عدة أسابيع بعد زوال الانتفاخ والكدمات. إن النتائج النهائية ستظهر بعد ستة أشهر إلى سنة وهذا يعتمد على كمية الدهون التي تمت إزالتها والأماكن التي تم شفطها.

تأكدي من الانتباه إلى وزنك مباشرة بعد شفط الدهون. فعلى الرغم من أنه قد تمت إزالة الدهون نهائياً فإن كسب الوزن قد يتسبب بتكتل الأماكن التي تمت معالجتها. إن هذا الشذوذ يحصل لأن شفط الدهون ينشئ ممرات في الدهن إذا لم تقص كل الخلايا في طبقة معينة بشكل موحد. لذلك، عندما يزداد وزنك، تكبر الخلايا المتبقية بأعداد غير طبيعية. أكثر من ذلك قد تجدين أيضاً جيوباً دهنية في مناطق لم تتصوري من قبل أنها موجودة وذلك لأن خلايا الدهن في المناطق الأخرى كبرت.

الكشف عن شيء ما جديد

إن التغييرات التي تحصل في جسمك بعد شفط الدهون قد تكون صغيرة. قد يكون كل ما ترغبين به إزالة كتل الدهن حول زر المعدة. أو قد ترغبين بإزالة دوائر الدهن عند الخصر للحصول على جسم لائق وجميل. أو قد ترغبين في حالات أخرى بالخضوع إلى عمليات شفط دهون أقوى وقد تكون النتائج جذرية جداً. إن النساء الصغيرات اللواتي لديهن أكياس دهنية غير متناسقة حول الخصر قد ينقص قياس سراويلهن قياسين أو ثلاثة، ليس عند الخصر بل من محيط الفخذين.

على أي حال إن شكل جسمك الجديد بعد عملية شفط الدهون يتيح لك القيام بنشاطات جسدية جديدة. لن تخجلي بجسمك بعد الآن وتستطيعين الذهاب لتسوق الملابس الجديدة. لن تحتاجي إلى ملابس بقياسات أصغر فقط بل قد ترغبين بارتداء ملابس ضيقة تظهر اختفاء الدهن غير المتناسق من جسمك.

51. هل يستعمل شفط الدهون بواسطة تقنية التنفيخ دائماً؟

إن تقنية التنفيخ لها فوائد متعددة أكثر من شفط الدهون التقليدي مما يجعل هذه التقنية الطريقة القياسية الحالية لشفط الدهون. هذه التقنية، التي طوّرها جراح أمراض جلدية أميركي، تشرّب المناطق التي سيتم شفطها بكميات كبيرة من المواد المخدرة الموضعية والإبينفرين المخففة بالمحلول المالح. عند حقنها في المناطق التي ستعالج قبل الشفط، يقوم السائل بتنفيخ خلايا الدهن مما يسهل شفطها أكثر. تقلل هذه التقنية أيضاً من كمية السائل الموجودة في جسمك والتي ستفقد خلال شفط

الدهون. إن مادة الليدوكين تخدر المنطقة التي سيتم شفطها مما يريح المريض ويبعد الحاجة لاستعمال التخدير العام. أما مادة الإبينفرين فهي تعصر شرايين الدم مما يؤدي إلى فقدان دم أقل خلال الجراحة.

إن فوائد شفط الدهون باستعمال تقنية التنفيخ كثيرة جداً باستثناء الخطر المضاف الوحيد: الجرعة الزائدة من الليدوكين. يمكن التحكم بهذا الخطر المضاف بتحديد كمية السائل المشرّب بأقل من 5 لترات في العملية الواحدة.

52. ما هو شفط الدهون بمساعدة الموجات فوق الصوتية؟

إن شفط الدهون بمساعدة الموجات فوق الصوتية أو (UAL) يستعمل موجات فوق صوتية (صوت ذو طبقة مرتفعة) لترخية وتذويب خلايا الدهن قبل الشفط. يجب عدم استعمال هذه التقنية على المرضى الذين يستعملون آلات تنشيط دقات القلب أو أي أجهزة مماثلة مزروعة في الجسم. تستعمل هذه التقنية UAL عامة بعد تشريب المنطقة وهي تساعد كثيراً على معالجة مناطق معينة من الجسم. تعمل تقنية UAL في بعض الأحيان لتساعد على انكماش الجلد حسب محيط الجسم الجديد. إن استعمال هذه التقنية في المناطق التي تكون فيها الخلايا الدهنية من النوع الليفي مثل الظهر والثدي الرجالي والبطن والأوراك تكون مفيدة كثيراً.

هنالك أخطار مضافة في استعمال شفط الدهون مع تقنية UAL. أولاً، هنالك إمكانية تواجد القروح أو حرق الجلد حيث تندفع القناة، من الداخل إلى الخارج، إلى باطن الجلد الموجود تحت البشرة. إن القنوات cannulas المستعملة سابقاً للتنفيخ الداخلي حملت خطر الحرارة الزائدة وتسببت بحروق داخلية. أما المعدات الحديثة فلديها تقنيات قطع تخفف من هذا الخطر. (ولأن تقنية UAL الخارجية ليست فعالة فهي لا تستعمل كثيراً. إن تقنية UAL الخارجية تحمل الخطر المضاف للحروق الحرارية وتترك ندوباً على الجلد بسبب سطح جهاز تقنية UAL).

53. ما هو شفط الدهون بكميات كبيرة؟

إن شفط الدهون بكميات كبيرة هو إزالة كميات دهن تتجاوز 5 لترات من الدهون والسائل (أو 5000 سنتيمتر مكعب) في العملية الواحدة. قد تزيد إمكانية حدوث عدم توازن بين كمية السائل والانحلال بالكهرباء مما يؤدي إلى عدم اتساق النبض أو

صدمات. إن العديد من المرضى يستطيعون الخضوع إلى عمليات شفط دهون بكميات كبيرة بسلام ونجاح تحت عناية الجراح الخبير. قد يلزم الأمر استشفاءً ليوم واحد في المستشفى أو معالجة في مرفق إنعاش خاص لمراقبة صحة المريض.

بينما يعتبر استبدال السوائل التي فقدت خلال أي نوع من عمليات شفط الدهون ضرورياً لصحة المريض فإن تشريب المريض كمية هائلة من السوائل له أخطاره. لذلك، إذا قررت إجراء إزالة الدهون من مناطق كبيرة متعددة من جسمك، تأكدي من أن جرّاحك هو جراح معتمد من قبل المجلس وخبير بتقنيات شفط الدهون. تأكدي أيضاً من تمكّنه من التحدث بصورة دقيقة عن التدابير الاحترازية الخاصة الضرورية عند إجراء شفط الدهون بكميات كبيرة.

من الأسلم عامة تنفيذ شفط الدهون على مراحل. يمكن الحصول على أفضل النتائج عندما يفقد المريض أكبر قدر ممكن من الوزن أولاً!

54. هل علاج الإندرمولوجي بديل لشفط الدهون؟

إن علاج الإندرمولوجي لا يقلل من الدهن الزائد. إنه إجراء تم تطويره في فرنسا في الثمانينيات وقد صمِّم في الأصل لتحسين حالة الندوب. إنه نوع من التدليك الآلي مع شفط سطحي والذي يستطيع، في بعض الحالات، تحسين شكل تعرجات الجلد غير المتساوية والمنقرة. إن إدارة FDA وافقت في الولايات المتحدة على الإندرمولوجي لتحسين بعض الندوب والسلوليت (الدهن المنقر الموجود في أكثر الأحيان على الأرداف والأوراك وفخذي بعض النساء). يتطلب علاج الإندرمولوجي علاجات متعددة وقد تصل في بعض الحالات إلى 20 علاجاً أو أكثر لرؤية تحسن ملحوظ. أيضاً إن نتائج الإندرمولوجي ليست دائمة فعند توقف العلاج فقد نخسر بعض فوائد الإندرمولوجي.

إن علاج الإندرمولوجي يصغر محيط الجسم في المناطق التي تحسن فيها السلوليت، لكنه لا يغيّر بأية طريقة كمية الدهن الموجود تحت باطن الجلد. وبقدر ما لا يمكن لشفط الدهون أن يحسن السلوليت، فإن الإندرمولوجي ليس بديلاً لشفط الدهون. إذا رغبت حقيقة بتجربة الإندرمولوجي، استعدي لالتزام حقيقي من ناحية الوقت والمال قبل رؤية أية نتائج ملحوظة.

55. كيف يمكن تصغير أثداء الذكور؟

إن الجينوكوماستيا هي حالة وجود "ثدي نسائي" عند الذكور. إن الجينوكوماستيا ليست دائماً نتيجة البدانة أو عدم اللياقة. فحتى الرجال الذين يتمتعون بلياقة بدنية ووزنهم مثالي قد يكون لديهم أنسجة زائدة في الثدي. عندما يكون سببها الوراثة تبدأ الحالة بالظهور عند سن البلوغ. أما أسبابها الأخرى فقد تكون استعمال بعض الأدوية مثل الهرمون الموصوف واستعمال المنشطات أو الماريجوانا. إن الجينوكوماستيا لا تضر جسدياً بصحة الرجل لكنها قد تؤثر كثيراً في الحالة النفسية وقد تجعل الرجل يشعر بالخجل من نفسه. إن تصحيح الجينوكوماستيا يتم بالتقليل من انحراف وتصغير حجم ثدي الذكر وإعطائه الشكل الرجولي. يمكن تصحيح الجينوكوماستيا بواسطة شفط الدهون أو بعملية استئصال جراحية حسب كمية أنسجة الثدي الزائدة.

هل يغطيك التأمين؟

إن تصحيح الجينوكوماستيا هو عملية تجميلية ولا يغطيها التأمين. هنالك حالات نادرة استثنائية حيث تكون الجينوكوماستيا عسيرة وأحادية الجهة وقد تعتبرها بعض شركات التأمين إعادة بناء، لكن تطلب دائماً الموافقة المسبقة.

المرشحون الجيدون

إن المرشحين لتصحيح الجينوكوماستيا هم الذكور المراهقون الذين يكون حجم أثدائهم مستقراً لأكثر من سنتين. أما الرجال المكتمل نموهم فهم أيضاً مرشحون جيدون. لكن إذا تم إجراء تكبير للثدي مع تمديد للجلد، فسوف تتدلّى المنطقة ويستدعي الأمر إجراء تصحيحات إضافية للجلد.

التفاصيل الإجرائية

يتم تصحيح الجينوكوماستيا عبر تقنية واحدة أو تقنيتين جراحيتين سوياً لتحسين محيط شكل الجسم:

- الاستئصال الجراحي للأنسجة، والجلد الزائد إذا لزم الأمر.
- شفط الدهون.

للحصول على نتيجة جيدة وضمان سلامتك وإرضائك فإن علاج

الجينوكوماستيا يتطلب أولاً التحديد بدقة سبب الحالة، أي، هل هي بسبب أنسجة غددية زائدة أو دهن أو الاثنين معاً. لهذا السبب من الأفضل استشارة جراح تجميل معتمد من قبل المجلس يتمتع بخبرة واسعة في تقنيات الاستئصال وشفط الدهون معاً.

عندما تكون الحالة بسبب وجود أنسجة غددية كثيفة، فإن تقنيات الاستئصال قد تعطي نتائج أفضل. ويتم بشكل عام إخفاء الشقوق حول الجلد الداكن حول الحلمة أو في المنطقة تحت الإبط. إذا استدعى الأمر إزالة الجلد الزائد، فسوف تكون الشقوق ربما حول الجلد الداكن حول الحلمة وفي منحنى الثدي في بعض الأحيان. سوف تحتاج الشقوق إلى قطب وقد يستعمل في بعض الأحيان أيضا ملابس ضاغطة.

يمكن استعمال شفط الدهون مع الاستئصال حيث يكون الدهن الزائد عاملاً مسبباً للجينوكوماستيا. عندما يكون الدهن الزائد العامل الوحيد فإن استعمال شفط الدهون لوحده قد يحقق النتائج المطلوبة. إن تقنيات التنفيخ وUAL هي تقنيات مناسبة. يجب قراءة الأسئلة حول شفط الدهون للحصول على معلومات تامة حول هذه التقنيات.

ما عليك توقعه

تنفذ الجراحة لتصحيح الجينوكوماستيا تحت تأثير التخدير العام أو التخدير الموضعي مع مسكن ويعتمد نوع التخدير على التقنيات المستعملة وتوصيات جراح التجميل الخاص بك. يمكن تنفيذ العملية في كل الحالات تقريباً في عيادة خارجية أو العيادة أو مرفق جراحي في المستشفى. سوف يشعر المريض بعد الجراحة بالانزعاج والتورم وقد تتواجد الكدمات. قد يحتاج المريض أيضاً إلى استعمال ضمادات مطاطية تربط حول الصدر لضغط الجلد إلى محيط الجسم الجديد ولدعم الخلايا خلال تماثلها للشفاء. يمكن وضع أنابيب صغيرة رقيقة في أماكن الشقوق لتصفية السوائل الزائدة. كما يمكن التحكم بالانزعاج عبر تناول الأدوية. والأمر الأهم تواجد أحد الأشخاص الراشدين المسؤولين معك أو أحد الأصدقاء أو شخص يقدم العناية اللازمة والبقاء معك خلال 24 ساعة التي تلي الجراحة على الأقل على الرغم من أنك قد تشعر بأنك قادر كلياً على الاعتناء بنفسك.

سوف تتمكن من معاودة نشاطك الطبيعي الخفيف بأسرع وقت ممكن طالما لا تدفع أو تسحب أو تحمل أوزاناً ثقيلة. يمكن خلال أسبوع إلى أسبوعين إزالة القطب المستعملة لإغلاق الشقوق. يجب عليك وحالما تشعر بأنك أصبحت جاهز أن تعاود نشاطك اليومي العادي وهذا يعتمد على التقنيات المستعملة ومدى كبر العملية. يجب تحاشي أي نشاط جسدي يتطلب رفع وزن ثقيل أو استعمال قوة الجسد العلوي إلى حين اكتمال الشفاء كما ينصح جراح التجميل الخاص بك.

ما تحتاج إلى معرفته

إن المخاطر والمضاعفات من تصحيح الجينوكوماستيا تشمل إمكانية فقدان الدم وتجمع الدم أو السائل تحت الجلد واندمال سيئ للشقوق والالتهاب وكل المخاطر التي ترافق شفط الدهون إذا استعملت تقنيات شفط الدهون، بالإضافة إلى ذلك يوجد مخاطر ترافق التخدير.

هنالك إمكانية نشوء محيط شكل جسم غير عادي وغير متناسق. إن التناسق الكامل بين الثديين لا يمكن أن يحصل دائماً. بالإضافة إلى ذلك، قد يتطلب الأمر إجراء جراحة لمراجعة وتصحيح النتائج غير المرضية أو استئصال الجلد الزائد.

مسؤولياتك

غالباً، ستكون مسؤولاً عن اتباع كل تعليمات جرّاحك بما في ذلك التوقف عن التدخين قبل العملية وأثناء فترة النقاهة. يجب فهم واتباع تعليمات الجرّاح حول الاهتمام بالجروح وتلك الخاصة بالنشاطات المسموح القيام بها. إذا كان سبب حالتك هو تعاطيك الهرمونات المستخدمة في كمال الأجسام أو تعاطي الماريجوانا فعليك التوقف عنها نهائياً وذلك ليس لصالح شكلك فقط بل لأجل صحتك أيضاً.

أهدافك

إن نتائج جراحة الجينوكوماستيا تكون مرئية مباشرة مع أن تحقيقها لن يكمل إلى أن يزول التورم. إن نتائج تصحيح الجينوكوماستيا تكون دائمة عامة. لكن كسب الوزن الزائد قد يغير في بعض الحالات محيط شكل الثدي الذكري. بالإضافة إلى ذلك، عند تنفيذ تصحيح الجينوكوماستيا على المراهقين الذين لم يكتمل نموهم بعد، فإن النمو الإضافي قد يغير النتائج.

أكثر من تغيير جسدي

سوف تزداد ثقة الرجل بنفسه مباشرة بعد تصحيح الجينوكوماستيا. قد يتحمّس بعض الرجال أكثر من غيرهم لزيادة لياقة جسدهم. أما بالنسبة للمراهقين والذكور الراشدين الصغار السن فإن تصحيح الجينوكوماستيا قد يحسّن من حالتهم الاجتماعية وحتى من مستوى أدائهم في المدرسة. تزداد الثقة بالنفس كثيراً عندما يختفي المصدر الذي كان يتسبب بخجل وسخرية كبيرين. يستطيع المريض الآن ارتداء الملابس والكنزات الضيقة وملابس السباحة (الشورت).

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحة التجميل (ASAPS) في العام 2003 عن حصول أكثر من 22.000 عملية تصحيح الجينوكوماستيا، وهذا انخفاض واضح عن السنوات السابقة كما أبلغت ASPS وهو ما يعادل تقريباً 28% منذ العام 2000. لماذا هذا الانخفاض؟ إن معظم الرجال على الأرجح تحولوا إلى استعمال تقنيات شفط دهون أحدث ويتلقون العلاج في أكثر من منطقة واحدة. لذلك، تسجل العملية على أنها شفط دهون حيث 16% من المرضى كانوا رجالاً حسب تقارير ASAPS في العام 2003.

56. كيف يمكن تصحيح المعدة المنتفخة؟

إن ثني المعدة ويدعى أيضاً أبدومنبلاستي يحسن من محيط شكل منطقة البطن ويعطي شكلاً مسطحاً للمعدة. إن ثني المعدة لا يصحح النتوء في المعدة فقط، فعندما يكون الخصر مختفياً أو يطوي إلى الأسفل، فإن ثني المعدة يعطي شكلاً مسطحاً أنيقاً للبطن. إن ثني المعدة ليس بديلاً للياقة أو فقدان الوزن. إن العملية تصحح الجلد الزائد في البطن وقد تشد عضلات البطن. قد تزيل أيضاً كمية قليلة من الدهن. أما الحالات المناسبة للعلاج مع الأبدومنبلاستي قد:

- تكون متمركزة عند البطن السفلي أو الوسطي.
- تشمل كل البطن.
- تشمل كل البطن وتمتد إلى الظهر.

بالإضافة إلى تصحيح الجلد الزائد والدهن في البطن فإن ثني المعدة يصحح أيضاً حالة تدعى دياستاسيس وهي فصل عمودي لعضلة جدار البطن والتي تحصل مع بعض النساء بعد الحمل خصوصاً.

هنالك درجات مختلفة من الحالات التي يصححها ثني المعدة ولـذلك هنالـك تقنيات مختلفة لتحقيق الرغبات المطلوبة. عندما يكون الدهن الزائـد هـو العامـل الوحيد المؤثر ويكون الجلد جيداً ومطاطياً فإن تقنيات شفط الـدهون لوحـدها قـد تحقق نتائج جيدة. (تأكدي من قراءة الأسئلة حول شفط الدهون). إن هذا لا يـدعى ثني المعدة، لكنه شفط دهون للبطن.

إن ثني المعدة يعالج جلد البطن الزائـد (أو "المئـزر") ويتطلـب استئصـالاً جراحياً للجلد لإنشاء معدة مسطحة ولائقة. على أي شخص يفكـر بـإجراء ثنـي للمعدة أن يلتقي مع جراح تجميل معتمد من قبل المجلس لتحديـد العمليـات التـي ستحقق أفضل نتيجة.

هل يغطيك التأمين؟

إن ثني المعدة عملية تجميلية. عندما يكون البطن متدلّياً جداً فهو يتسبب بـألم في الظهر والتهابات جلدية، لذلك فإن تصحيح المناطق المرتبطة يمكن أن يغطيـه التأمين. كما يمكن أيضاً تغطية الفتاق. إن الحصول على موافقات مسبقة ضروري في هذه الحالات.

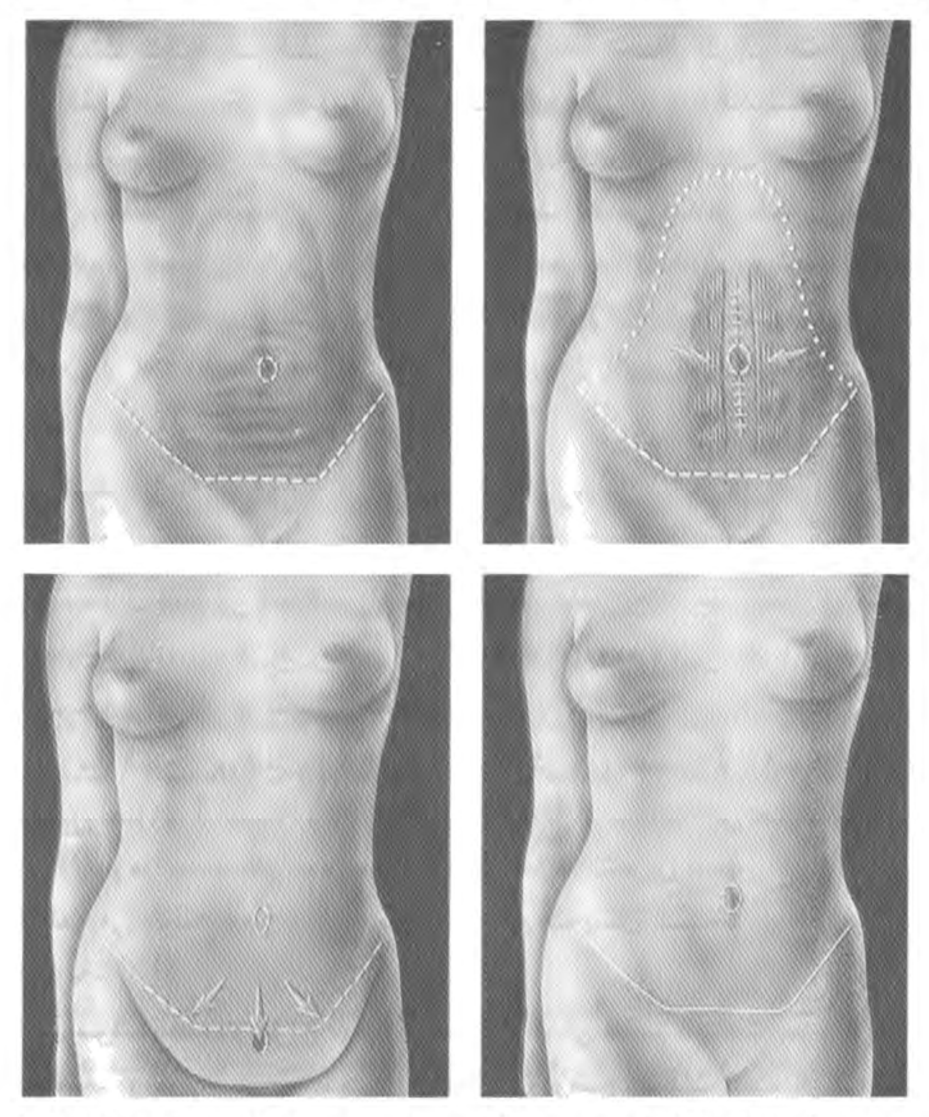
المرشحون الجيدون

إن مرشحي ثني المعدة هم الرجال والنساء الذين يتمتعون بصحة جيدة لكـن لديهم جلد بطني زائد، والذين يكون وزنهم ثابتاً وليسوا بدينين. إنهم أشخاص لديهم أهداف واقعية وليس لديهم حالات صحية تعيق شفاءهم مثل السـكر فـي الـدم أو بعض أمراض المناعة. إذا كان لديك حالة صحية قد تعـرض صـحتك للخطـر، تأكدي من اتصال جراح التجميل الخاص بك بطبيبك الخاص لمناقشة هذه الحالة.

على النساء اللواتي يفكرن بالحمل في المستقبل تأجيل إجراء ثني المعـدة. إن ثني المعدة لا يتداخل مع الحمل لكن فوائد ثني المعدة قد تقلّ جداً بعد الحمل.

كيف تتم العملية؟

ينفذ ثني المعدة باستئصال الجلد الزائد (وإزالة الدهون في بعـض الأحيـان) بواسطة الشقوق. تجرى الشقوق عامة فوق عظمة العانة. قد تكون الشقوق صغيرة بطول عدة بوصات أو قد تمتد من عظمة الورك إلـى عظمـة الـورك (العظـم



الرسم 9. "ثني المعدة" أبدومنبلاستي. إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج المنفردة.

الحرقفي) (وحتى حول الظهر). إن طول ووضعية هذه الشقوق يعتمد على جسمك ودرجة التصحيح المطلوبة. يمكن إجراء شق حول زر المعدة باستثناء خلال الرفع الصغير حيث يتم تضييق الجلد الزائد عند البطن السفلي ولا يحتاج الأمر هنا إلى تصحيح العضلة.

يتم من خلال هذه الشقوق رفع الجلد والدهن الجلدي التحتي (تحت الجلد) من

العضلات التحتية ويتم التشريح حتى الضلوع وعظم الصدر. يتم شق فتحة حول زر المعدة بحيث تبقى متصلة مع مورد الدم. تستعمل القطب العميقة الداخلية لتشكيل محيط البطن الجديد عند اللزوم. وإذا كان هنالك دياستاسيس ستتم إعادة وصل وتصحيح وضعية عضلات المعدة المنفصلة (التي تدعى تقنياً العضلة المستقيمة). بعد إزالة الدهن الزائد وإجراء التصحيحات الداخلية، يتم سحب الجلد نزولاً باتجاه الشقوق. وعند ذلك يتم قص الأنسجة الزائدة وتغلق الشقوق بواسطة القطب أو المشابك المعدنية. سيتم فتح فتحة جديدة لزر معدتك وسيتم تقطيب زر المعدة مع حافات الفتحة.

ما عليك توقعه

تتمّ عملية ثني المعدة عامة ولكن ليس دائماً تحت تأثير التخدير العام. إن البقاء طوال الليل في المستشفى أو مرفق إنعاش خاص يعتمد على مدى حجم العملية المطلوبة. يمكن في معظم الحالات تنفيذ ثني المعدة في المكتب أو العيادة الخارجية أو مرفق جراحي في المستشفى.

من الضروري خلال 24 إلى 48 ساعة التي تلي الشفاء أن يكون هنالك شخص مسؤول أو صديق راشد أو فرد من العائلة أو ممرضة إلى جانبك في كل الأوقات وهذا يعتمد على مدى حجم جراحتك. سوف تشعرين ببعض الشد وعدم الراحة في منطقة البطن وفي أماكن الشقوق. وهذه يمكن التحكم بها بواسطة الأدوية.

سوف ينصحك جراح التجميل الخاص بك في معظم الحالات بعدم الوقوف بانتصاب والنوم بوضعية منحنية إلى الوراء وبوضع وسادات تحت الركب لمدة أسبوع إلى أسبوعين بعد الجراحة. قد تحتاجين أيضاً لمساعدة بالوظائف الأساسية مثل ارتداء الملابس والدخول إلى الحمام في الأيام الأولى. من الضروري أن تبدئي بالسير بأسرع وقت ممكن لتقليل فرص حدوث جلطات في الدم.

سوف تجدين أنابيب صغيرة رقيقة موضوعة لتصريف أي سوائل إضافية متجمعة. سوف يتم لفك أيضاً بضمادات مطاطية أو تجدين ببساطة ضمادات حول الشقوق. إن النشاط الخفيف العادي ممكن حالما تشعرين بأنك جاهزة لذلك.

سوف تتم إزالة القطب الخارجية أو المشابك المعدنية خلال أسبوع أو أسبوعين على الأرجح. قد تشعرين بقساوة أنسجة البطن لبعض الوقت خلال فترة الشفاء وسوف تشعرين بالتخدر. إن معظم التورم يزول خلال شهرين إلى أربعة أشهر، أما النتائج النهائية فتحتاج من ستة أشهر حتى سنة. سوف تنعم الشقوق مع الوقت وتزول وتتحسن بعد مرور سنة حتى سنتين. إن ندوب ثني المعدة هي ندوب دائمة كما مع أية جراحة، لكن يمكن تغطيتها بالملابس الداخلية وملابس السباحة.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن ثني المعدة عملية آمنة جداً عندما تنفذ من قبل جراح تجميل مؤهل على مرشح يتمتع بصحة جيدة. إن عدم التناسق هو نتيجة ممكنة، كما أنه من الممكن أيضاً حدوث الالتهاب وجلطات الدم وتجمع الدم تحت الجلد وتجمع السوائل الزائدة وفقدان الأنسجة (نيكروسيس) وفي الحالات النادرة قد يحصل انسداد أوعية الدم الرئوية. إن تشكل الندوب المتعرجة والمرتفعة هو أيضاً ممكن، بالإضافة إلى وجود خطر إلحاق الضرر بأنسجة البطن إذا حاولت الوقوف منتصبة قبل الشفاء التام. وكما مع أية جراحة قد يلزم الأمر إجراء مراجعات طفيفة وهنالك الخطر الذي يترافق مع التخدير.

مسؤولياتك

إن التدخين يفسد مسار الشفاء كثيراً لذلك من الضروري التوقف عن التدخين لعدة أسابيع قبل الجراحة وخلال فترة تماثلك للشفاء. بالإضافة إلى ذلك، عليك اتباع كل تعليمات جراحك بدقة. وفي الوقت الذي يكون فيه الوقوف بوضعية ملتوية فقط لعدة أيام أمراً غير مريح، إلا أنه ضروري جداً للشفاء ولتحقيق النتيجة الجيدة. إن فرصتك بشفاء جيد للندوب هو عبر العناية الصحيحة بالجروح وباتباع كل التعليمات في استعمال المراهم الموضعية وتغليف السليكون وتدليك أماكن الشقوق.

عليك أيضاً المحافظة على وزن صحي ثابت ومعاودة ممارسة التمارين المنتظمة للمحافظة على التحسن الذي سببه ثني المعدة لبطنك ولمظهر جسمك.

أهدافك

إن نتائج ثني المعدة تكون دائمة بشكل عام ومع ذلك فإن هذه النتائج قد تتغير مع التقدم في السن و/أو الاختلاف في الوزن. إن تناول الأكل الصحي وممارسة التمارين بشكل منتظم يحسنان نتائج عمليتك. حالما يتم استبدال مئزر الأنسجة الزائدة المتدلية من بطنك بمعدة مسطحة أنيقة وخصر مرئي، قد تحتاجين إلى ملابس جديدة. وقد تجدين حرية في القيام بنشاطات جسدية أكثر وثقة جديدة بالنفس.

إن عدد ثنيات المعدة التي أجريت في الولايات المتحدة في العام 2002 كان أكثر من 101.000 عملية كما أفادت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل. 6% من هؤلاء كانوا رجالاً مع زيادة ثابتة في عدد العمليات والمرضى الذكور خلال السنوات السابقة.

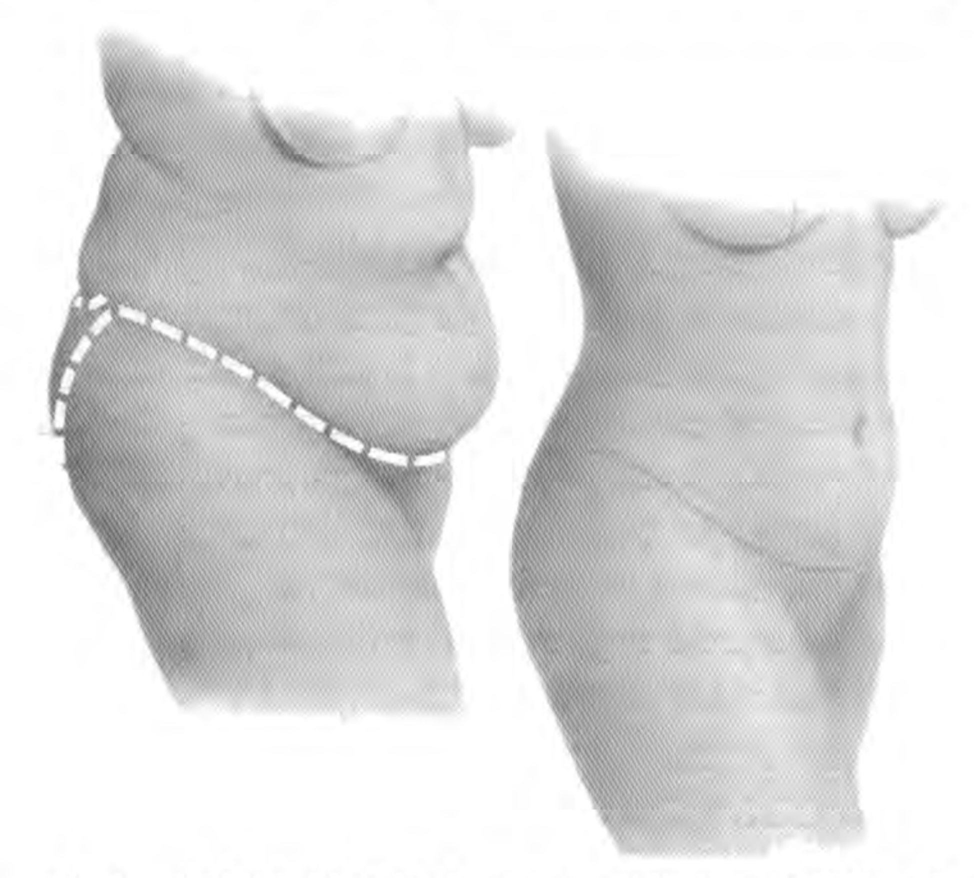
57. كيف يمكن تصحيح مظهر جسم متدلّ ومترهل؟

إن شد الجسم هو عملية جراحية تنفذ لتصحيح الجلد الزائد المتدلي المرتخي والدهن التحتي الموجود في أي مكان في جذع الإنسان أو أطرافه. (إن ثني المعدة عملية جراحية لشد الجسم خاصة بمنطقة البطن، راجعي السؤال 56.) إن شد الجسم يعيد تشكيل محيط شكل الجسم ويزيل الجلد المتدلّي.

إن عمليات شد الجسم الجراحية تصحح الحالات التي تنتج عن التقدم في السن وفقدان الوزن والحمل المتكرر (المترافق مع زيادة الوزن وفقدانه). قد تكون الحالات التي يتم تصحيحها بواسطة شد الجسم وراثية: ترسبات دهن وراثية وجلد تنقصه اللياقة والليونة. قد ينتج عن شد الجسم الجراحي تحسن جذري في حالة ومحيط شكل الجسم والجلد. (سوف نشرح خصوصاً في السؤال 58 البراكيوبلاستي أو شد الذراع العلوي).

هل يغطيك التأمين؟

إن شد الجسم هو عملية تجميلية. قد يكون هنالك استثناءات في الحالات التي تنفذ فيها تقنيات شد الجسم لإعادة بناء الجسم حيث يتسبب الجلد المتدلّي بمشاكل طبية مثل الجلد الرطب الذي يلتهب دائماً. من الضروري في هذه الحالة أن يطلب الحصول على موافقة مسبقة لتغطية التأمين.



الرسم 10. شد الجسم. إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمـريض. قـد تختلف النتائج الفردية.

المرشحون الجيدون

إن مرشحي شد الجسم هم الرجال والنساء الذين يتمتعون بصحة جيدة والذين يكون وزنهم ثابتاً وليسوا بدينين. إنهم أشخاص لديهم أهدافاً واقعية ومستعدون لتقبل فكرة أنهم وللحصول على محيط شكل جسم أفضل عليهم تقبـل وجـود النـدوب المرئية.

إذا كان لديك حالات صحية تعيق الشفاء مثل السـكر فـي الـدم أو بعـض أمراض المناعة المعينة، فلن تكوني مرشحة جيدة لشد الجسم. من المهم الإفصـاح عن أي حالة مرضية تكون خطراً على صحتك وعلى جراحك الاتصـال بطبيبـك الخاص إذا كان هنالك مشاكل صحية.

على النساء اللواتي يخططن للحمل في المستقبل تأجيل عملية شد الجسم، لأن نتائج شد الجسم قد تتغيّر كثيراً بعد الحمل خصوصاً إذا ازداد الوزن أكثر من الضروري.

كيف تتم العملية؟

يجب إجراء عمليات شد الجسم من قبل جراحي تجميل معتمدين من قبل المجلس الأميركي لجراحة التجميل الذين لديهم الخبرة في هذا القسم المتطور دائماً من عمليات محيط شكل الجسم. سوف يقوم جراح التجميل الخاص بك بتقييم حالتك ثم يحدد ما هي أفضل طريقة لتحقيق أهدافك. قد لا تنفذ عملية شد الجسم في الواقع بعملية واحدة، بل قد تتم على مراحل خلال أكثر من جلسة جراحية.

سوف يقوم الجراح قبل جراحة شد الجسم بتعليم أو رسم دوائر على المناطق التي ستعالج. ستكون ندوب هذه الشقوق دائمة لكن التقنيات الجديدة ستخفي الندوب تحت الملابس التحتية المحتشمة. إن كل شكل لشقوق شد الجسم السفلي تكون خاصة بالمريض لوحده، على كل حال هنالك ثلاثة أشكال إضافية رائجة:

- شقوق على الخط الخارجي للبكيني مع شقوق حول الخصر وهو الشكل الرائج للشد الكلي للقسم السفلي من الجسم ويمكن بهذه الطريقة معالجة الفخذين والأوراك والأرداف والبطن والخصر وأسفل الظهر. تتم إزالة حزام من الدهن الزائد من حول الخصر وأيضاً من الأرداف.
- يمكن معالجة الخصر والبطن وأعلى الفخذ بواسطة شد بطني جانبي مع إحداث شقوق على شكل بكيني تقليدي من الجهة الأمامية للجسم فقط. إن هذه التقنية لا تؤدي إلى أي شد للأرداف أو الظهر أو الفخذين.
- يمكن معالجة الأرداف والفخذين لوحدها بواسطة شقوق عند منحنى الأرداف.

يمكن استعمال تقنيات شفط الدهون مع شد الجسم. يتم عند ذلك رفع أو قص الأنسجة الزائدة وسيتم "شد" أو تمليس الأنسجة العميقة التحتية التي تشكل محيط الجسم باتجاه الشقوق لتشكل محيط شكل جديد. تكون هذه القطب إما قابلة للذوبان أو دائمة ولا تتم إزالتها. يتم أيضاً شد أو تمليس الجلد الزائد صعوداً أو نزولاً. تغلق الشقوق بالقطب أو المشابك المعدنية.

ما عليك توقعه

تنفّذ عمليات شد الجسم تحت تأثير التخدير العام. يمكن إجراء العملية في عيادة خارجية أو في مرفق جراحي في المستشفى. وبناء على مدى حجم العملية وتوصيات جراح التجميل الخاص بك فقد تنصحين بالبقاء ليلة واحدة في المستشفى أو مرفق إنعاش خاص لمراقبة تقدمك بدقة بعد الجراحة.

عندما تستفيقين من الجراحة، قد تكونين ملتفة بضمادات مطاطية لتقليص التورم ومساعدتك على دعم محيط شكل جسمك الجديد خلال تماثله للشفاء. وقد توضع أنابيب تصفية صغيرة لتصفية أي سوائل متجمّعة. قد تشعرين بالانزعاج من أماكن الشقوق وبالانزعاج في القسم السفلي من جسمك. يمكن التحكم بهذا الانزعاج بواسطة الأدوية التي قد يصفها جراح التجميل الخاص بك.

لن تتمكني من الوقوف بشكل مستقيم، ولا يجب عليك محاولة ذلك أيضاً. في الأسبوع الأول بعد العملية، عليك الاستعانة بآلةٍ مساعدةٍ على المشي أو ربما ستحتاجين إلى استخدام عكازين. سيُطلب منك المشي بعد العملية بوقتٍ قصير كي تقللي من فرص إصابتك بتخثر الدم. إذا كانت فترة النقاهة ستتم في المنزل فعلى شخص راشد البقاء إلى جانبك طيلة الثمان والأربعين ساعة التالية للعملية. ربما ستحتاجين للمساعدة خلال قيامك بالأمور الأساسية مثل النهوض والذهاب إلى الحمام.

سوف تحتاجين للراحة لعدة أيام بعد الجراحة مع السير الخفيف كجزء من نظام ما بعد العملية. إذا شملت عمليتك ثني المعدة، سوف تسيرين بطريقة مائلة قليلاً. تحتاجين خلال الراحة للاستلقاء في وضعية منحنية: إن وضع وسادات تحت الركب قد يريحك. إذا كان لديك شقوق على الأرداف، يمكن استعمال وسادة قابلة للنفخ لمساعدتك على عدم الضغط على هذه الشقوق خلال انحنائك أو جلوسك. يجب أن تتمكني خلال أسبوع أو اثنين من أن تقفي مستقيمة والسير من دون أي مساعدة. عند ذلك الوقت يمكنك معاودة نشاطك اليومي العادي.

ما تحتاجين إلى معرفته

يمكن التحكم بدقة بأخطار مضاعفات عملية شد الجسم تحت عناية جراح تجميل معتمد من المجلس ولديه الخبرة في شد الجسم. على أي حال فإن المضاعفات تكون ممكنة دائماً وتشمل الهيماتوما (تجمع الدم أو السائل تحت

الجلد)، انسداد الأوعية الدموية، الالتهابات وتلف العصب والنكروسيس (فقدان الأنسجة السليمة). هنالك أيضاً خطر الندوب المتورمة والقاسية جداً، وكما مع أي جراحة هنالك الخطر الذي يترافق مع التخدير. قد تحتاجين إلى جراحة إضافية لتصحيح النتائج في الحالات التي ينتج عنها محيط شكل جسم غير عادي أو عند عدم تحقيق النتائج المطلوبة.

مسؤولياتك

إن اتباع كل تعليمات جراحك بدقة قبل الجراحة هو أمر ضروري لسلامتك. من المهم أيضاً اتباع كل التعليمات التي تلي الجراحة بما فيها النشاطات الممنوعة ومتطلبات العناية الصحيحة للجرح.

أهدافك

إن نتائج شد الجسم تكون مباشرة ومع ذلك فإنها لن تكون مرئية بسبب التورم والضمادات. أيضاً ومع الوقت سوف تهدأ وتتحسن الأنسجة الناعمة حسب محيط شكل الجسم الجديد. سوف تنعم مناطق الجراحة القاسية التي تحسين بها بعد مرور عدة أشهر على الجراحة. سوف تتم إزالة القطب على الأرجح خلال أسبوع إلى أسبوعين. إن تدليك الندوب وارتداء أشرطة الضغط أو السليكون ووضع مراهم معينة سوف يساعدك على تحسين حالة الندوب. إن الندوب سوف تكون دائمة ومرئية دائماً. يجب عدم الاستغراب بمكان وطول الندوب فعلى جراحك أن يبلغك مسبقاً عن الندوب المحتملة التي سوف تكون لديك قبل الجراحة.

سوف تتمكنين بشكل عام من استعادة لياقتك الطبيعية خلال 4 إلى 6 أسابيع بعد الجراحة. إن المحافظة على النتائج يتطلب منك الالتزام بأسلوب حياة صحي ذي حمية وتمارين مناسبة. طالما لن يتغيّر وزنك كثيراً فإن نتائج شد القسم السفلي من الجسم سوف تدوم لسنوات طويلة. لن يشيخ جسمك بالسرعة العادية التي كانت ستحصل لك لو لم تخضعي لجراحة شد الجسم.

المقايضة

قد ترغبين ربما بملابس جديدة لإظهار جاذبية محيط شكل جسمك الجديد النحيف والمتين واللائق. قد تشعرين بعد اكتساب ثقة أكثر بالنفس بأنك أصبحت

جاهزة لارتداء ملابس السباحة أو السراويل القصيرة وممارسة النشاطات الرياضية ونشاطات اللياقة البدنية. على كلٍ سوف يكون لديك ندوب طويلة جداً وهي ضرورية بعد أن حققت ما تريدينه من خلال شد الجسم. يمكن في جميع الحالات إخفاء هذه الندوب بالملابس التحتية المحتشمة، لكنها ستكون دائمة في كل الحالات وعليك تقبل هذه الفكرة كمقايضة للحصول على محيط شكل جسم أفضل.

إن شد الجسم السفلي رائج في أوروبا وأميركا اللاتينية منذ عدة سنوات، لكن التطورات التي أجراها أطباء الولايات المتحدة جعلت هذه الجراحة أسلم وأكثر طلباً. وحسب إحصاءات الجمعية الأميركية لجراحة التجميل فإن عدد جراحات شد القسم السفلي من الجسم قارب 11.000 عملية في العام 2003.

58. هل يمكن لجراحة شد الجسم أن تصحح الأذرع المرتخية والمتدلية؟

إن شد أعلى الذراع أو البراكيوبلاستي هي رفع جراحي لأعلى الذراع، وتصحّح الجراحة الأنسجة الرخوة التي ينتج عنها شكل شبيه بجناح – وطواط متدلٍ في خلف أعلى الذراع. إن العملية تقلل من الجلد والدهن الزائد عند أعلى الذراع ويصبح محيط شكل الذراع أنعم ومشدوداً عند منطقة عضلة الذراع الثلاثية الرؤوس. لكن عملية شد أعلى الذراع لا تحسّن من طبيعة العضلة الأمر الذي يتطلب تمارين رياضية مركزة. إن شد أعلى الذراع هو للأشخاص الذين فقدوا كمية كبيرة من وزنهم ولديهم ترسبات دهن وراثية أو الذين طبيعة عضلاتهم جيدة جداً لكنهم فقدوا مطاطية جلدهم. قد تقدم النتائج تحسّناً ملحوظاً جداً في شكل ومظهر أعلى الذراع. تشمل النتائج أيضاً ندباً دائماً ومرئياً داخل الذراع العلوي و/أو تحته.

هل يغطيك التأمين؟

إن التأمين لا يغطي البراكيوبلاستي لأنها عملية تجميلية. قد يكون هنالك استثناءات في الحالات التي تنفّذ فيها البراكيوبلاستي لإعادة بناء الجسم عندما يتسبب الجلد الزائد المتدلي بمشاكل طبية مثل نوع الجلد الرطب الذي يلتهب بسرعة. إذا كانت هذه هي الحالة، فمن الضروري الحصول على موافقة مسبقة لتغطية التأمين.

المرشحون الجيدون

إن مرشحي البراكيوبلاستي الجيدين هم رجال ونساء يتمتعون بصحة جيدة وبوزن ثابت وليسوا بدينين. إذا كان لديك حالات صحية تعيق الشفاء مثل السكر في الدم أو أمراض مناعة حادة، فلن تكوني من المرشحات الجيدات لإجراء البراكيوبلاستي. إن أفضل خيار هو الإفصاح عن أي حالة صحية قد تعرّض حياتك للخطر ومن المهم أن يجري جراحك اتصالاً بطبيبك المعالج لمناقشة حالتك.

كيف تتم العملية؟

إن شد أعلى الذراع مثل أي عملية جراحية لتشكيل تجميلي للجسم يجب أن تنفذ من قبل جراح تجميل معتمد من قبل المجلس الأميركي لجراحة التجميل. في بعض الأحيان يمكن تنفيذ تقنيات شفط الدهون مع عملية شد أعلى الذراع لإزالة الدهن الزائد المتجمع في أعلى الذراع.

تتطلب العملية إحداث شق يبدأ بشكل عام من منحنى منطقة تحت الذراع ويمتد إلى الخارج ونزولاً إلى داخل أعلى الذراع. إن طول ومكان وحجم الشق يعتمد على درجة التصحيح المطلوبة للحصول على محيط شكلٍ متساوٍ وناعمٍ في أعلى الذراع. عندما لا تتطلب الحالة تصحيحاً كبيراً يمكن إجراء شق تحت الذراع و/أو شق أصغر على طول إلى الذراع الداخلي. يمكن من خلال الشقوق إعادة تشكيل وشد الأنسجة التحتية المرتخية المتدلية وإزالة أي أنسجة زائدة. تقوم القطب غير القابلة للإزالة بتثبيت المحيط الجديد للأنسجة العميقة في مكانها. يتم عند ذلك تمليس الجلد إلى الداخل وقص الجلد الزائد بعناية وتغلق الشقوق بالقطب.

ما عليك توقعه

يمكن تنفيذ البراكيوبلاستي لوحدها في عيادة خارجية تحت تأثير التخدير الموضعي مع مسكنات أو تحت تأثير التخدير العام في عيادة جراح التجميل الخاص بك أو مرفق جراحي جوال أو مرفق جراحي في المستشفى.

عند الانتهاء من جراحة شد ذراعك، قد تُلفّ ذراعيك بضمادات مطاطية لدعم

محيط الشكل الجديد خلال فترة الشفاء الأولى، قد تجدين أنابيب صغيرة رقيقة لتصفية السائل المتجمع الزائد. قد تشعرين بأن ذراعيك قاسيتان ومؤلمتان وقد تتورمان. إن هذا الأمر طبيعي ويمكن التحكم بهذا الانزعاج والألم بواسطة الأدوية. يجب أن تكوني تحت رعاية شخص راشد أو صديق أو فرد من العائلة يبقى معك لمدة 24 ساعة بعد العملية. سوف تحتاجين إلى مساعدة لأنك سوف تشعرين بالانزعاج عند محاولة رفع ذراعيك حتى ولو بمقدار قليل. يجب عدم محاولة حمل أوزان كبيرة.

سوف يهمد انزعاجك بسرعة ويجب أن تعاودي نشاطك اليومي الطبيعي مباشرة طالما كنت لا تستعملين ذراعيك لأي نشاط جسدي غير مريح أو شاق.

ما تحتاجين إلى معرفته

يمكن التحكم بعناية بمخاطر ومضاعفات البراكيوبلاستي عندما تكونين تحت رعاية جراح تجميل معتمد من قبل المجلس وله خبرة في هذه العملية. على أي حال فإن المضاعفات ممكنة دائماً وتشمل الهيماتوما (تجمع الدم أو السائل تحت الجلد) وانسداد الأوعية الدموية والالتهابات وتلف العصب النكروسيس (فقدان الأنسجة). بالإضافة إلى ذلك هنالك خطر بروز الندوب المرتفعة والقاسية الزائدة، وكما مع أية جراحة، هنالك الخطر الذي يرافق التخدير. قد تحتاجين إلى جراحة إضافية لتصحيح النتائج في حال كانت النتائج غير مرضية.

مسؤولياتك

للحصول على نتائج جيدة من الضروري اتباع كل تعليمات جراحك فيما يختص بالتوقف عن التدخين والأدوية والعناية بالجرح والنشاطات المطلوبة. إذا قمت بنشاط شاق قد تعرضين نفسك لخطر النزيف وفتح الجروح وسماكة الندوب ونتائج غير جيدة.

أهدافك

تكون نتائج شد أعلى الذراع مرئية مباشرة وسوف تستمر بالتحسن خلال هدوء التورم واندمال الشقوق. سوف تزال القطب خلال أسبوع أو أسبوعين. سوف يتم إعطاؤك مرهماً أو أشرطة ضاغطة لتساعد على تحسن حالة الندوب. لكن هذه

الندوب ستكون دائمة ومرئية عند داخل أعلى الذراع.

سوف تتحسن القساوة والألم في ذراعيك بسرعة بعد الأسابيع الأولى. يمكنك معاودة نشاطك الطبيعي اليومي بعد هذا الوقت وتستطيعين استعمال ذراعيك كما تريدين. يجب أن تعودي خلال 4 إلى 6 أسابيع لاستكمال نشاطك الجسدي الطبيعي وحتى حمل أوزان أثقل بهما.

ذراعان حسنتان

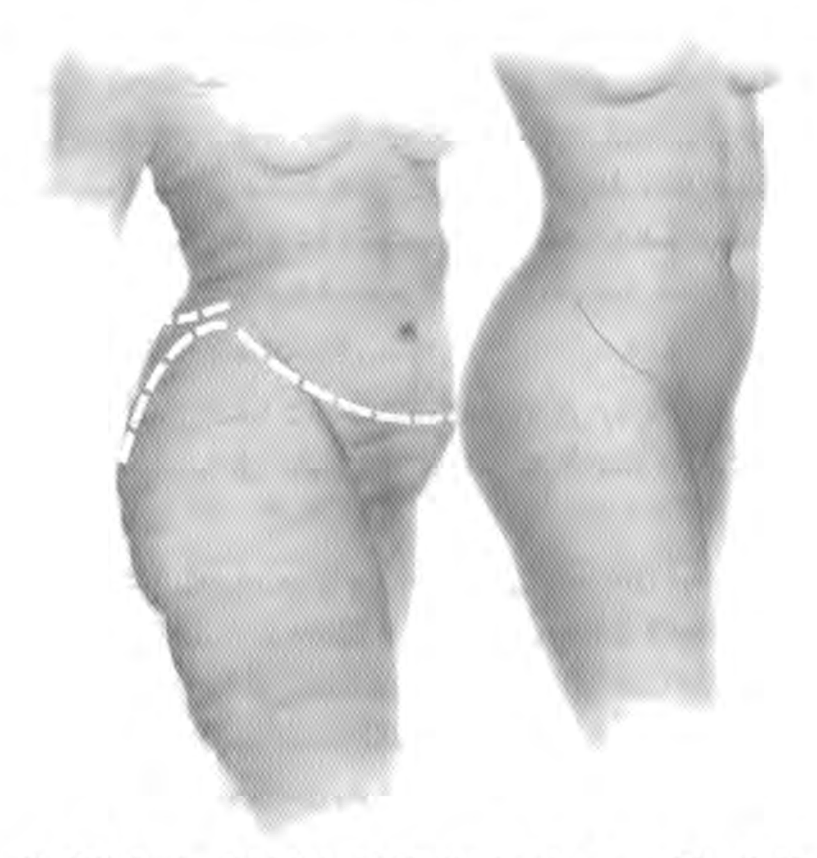
إن عملية شد أعلى الذراع تعطي نتائج مرضية وآمنة كثيراً لتصحيح ذراع علوية متدلية ومرتخية. سوف تجدين أن الملابس أصبحت تناسبك أكثر، على الرغم من الندوب الظاهرة، وقد ترغبين بارتداء ملابس بأكمام قصيرة أو حتى من دون أكمام. إن الحالة الفيزيائية للعضلة الثلاثية الرؤوس لا ترتبط بحالة الجلد عند أعلى الذراع التي تم تصحيحها بالعملية. لكن ينصح بمزاولة التمارين المنتظمة المركزة لتقوية عضلات أعلى الذراع. إن التمارين فقط تحسن من نتائج شد أعلى الذراع الجراحي.

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحة التجميل عن 11.000 عملية تقريباً لشد أعلى الذراع في العام 2003. وحتى العام 2000 لم يكن قد تم تجميع معلومات حول هذه العملية بشكل منتظم.

59. كيف يمكن أن أحسّن من حالة الجلد المتدلي لديّ بعد فقدان وزن كبير؟

إن إعادة تحسين محيط شكل الجسم بعد فقدان وزن كبير (مثل جراحة الباريياتريك أو المجرى الجانبي المعوي) قد ينتج عنه تدلّ كلي زائد كثيراً أو قليلاً وأنسجة وجلد غير مربوطة بإحكام.

إن أول اعتبار قبل الخضوع لأي عملية جراحية بعد فقدان الوزن هو الثبات في فقدان الوزن. إن الاستمرار بفقدان الوزن قد يقلل من النتائج وكسب الوزن السريع قد يؤدي إلى حالات غير مرضية مثل علامات تمدد لم تتدمل أو ندوب عريضة. على المرضى الذي سيخضعون لجراحة إعادة تحسين محيط شكل الجسم



الرسم 11. إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج الفردية.

بعد فقدان الوزن تقبل فكرة وجود الندوب الطويلة المرئية مقابل الحصول على محيط شكل جسم مشدود وجميل. تنتج هذه الندوب عن الشقوق الضرورية للتقليل من الجلد الزائد ولشد الأنسجة الداخلية المتدلية.

هل يغطيك التأمين؟

لا يوجد حالياً مقياس لتغطية التأمين لمثل هذه العمليات. إذا خضعت لجراحة البارياتريك أو المجرى الجانبي المعوي، عليك التأكد من شركة التأمين التي تتعاملين معها والسؤال عن البوالص التي تغطي عمليات إعادة تحسين محيط شكل الجسم واحصلي دائماً على الموافقة المسبقة حيث يمكن أن تتوفر التغطية.

المرشحون الجيدون

إن المرشحين الجيدين هم الرجال والنساء الذين يتمتعون بصحة جيدة والـذين يكون وزنهم ثابتاً وليس لديهم حالات صحية خطرة. يجب أن يكون لـديك وجهـة نظر إيجابية وأن تكوني مستعدة لتقبل كل الحالات والمراحل والمقايضـات التـي تتطلبها جراحة تحسين محيط شكل الجسم. يجب أن تستعدي نفسياً ومالياً وجسـدياً فقد يستغرق تحقيق النتائج النهائية عدة مراحل.

كيف تتم العملية؟

إن إعادة تحسين محيط شكل الجسم بعد فقدان الوزن يجب أن ينفذ مـن قبـل جراح تجميل معتمد من قبل المجلس وله خبرة في تقنيات شفط الـدهون وتحسـين محيط شكل الجسم.

إن الحالات التي يتم تصحيحها عبر إعادة تحسين محيط شكل الجسم بعـد فقـدان وزن كبير تتطور كالتالي: عند اكتساب الوزن يزداد حجم الخلايا الدهنية ممـا يتسـبب بتمدد الجلد. أما عند فقدان الوزن، تتكمش الخلايا الدهنية لكن الجلد الذي تمدد كثيراً لن يعود إلى محيط شكل الجسم الأصغر وتكون النتيجة جلداً زائداً مرتخياً ومتدلياً. يحصل هذا بشكل شائع في الخدود والفكين والرقبة وفي منطقة الثدي وتحت الذراعين وأعلـى الذراع والخصر والبطن وفي الفخذين والأوراك والأرداف والمنحنيات. إن شد الجسـم يعيد تشكيل الخلايا التحتية الداعمة ويزيل الجلد الزائد. يمكن استعمال شفط الدهون فـي بعض الحالات لإزالة الترسبات الدهنية غير العادية.

إن كل مريض يخضع لإعادة تحسين محيط شكل الجسم بعد فقـدان الـوزن يكون عنده مجموعته الخاصة من التشوهات الواجب علاجها. من الأفضـل فـي معظم الحالات الخضوع لعمليات إعادة تحسين محيط شكل الجسم على مراحل. إن العمليات الطويلة والعمليات التي تشمل إجراء تصحيحات كبيرة على المريض قـد ينتج عنها مضاعفات إضافية. سوف يوصي جراحك بتنفيذ خطة استراتيجية لعملية إعادة تحسين محيط شكل الجسم تريحكما سوياً.

أما العمليات التي يمكن أن تشملها الخطة لإعادة تحسين محيط شكل الجسـم فقد تتضمن شد الوجه ورفع الثدي والبراكيوبلاستي الأبدومينوبلاستي وعمليات شد الجسم الأخرى.

ما عليك توقعه

ما يجب عليك توقعه هو استشارات طويلة لتقييم حالتك وتفهم أهدافك للتحسين. عندها يمكنك مع جراحك التخطيط لمجرى مراحل إعادة تحسين محيط شكل الجسم. يتم عادة علاج المناطق المتشابهة التركيبية سوياً في أفضل الطرق العملية. يمكن مثلاً معالجة البطن في الوقت نفسه مع الفخذين الداخليين، ويمكن معالجة الأرداف مع الفخذين الخارجيين ويمكن علاجهما في الوقت نفسه مع الفخذين الداخليين أو البطن. يمكن دمج علاجي الجسم العلوي والأذرع، ويمكن علاج الوجه والرقبة خلال جلسة جراحية أخرى. حالما يتم تحديد الخطة لإعادة تحسين محيط شكل الجسم قومي بتسجيل مسار العمليات التي أوصى بها جراحك وأشكال الشقوق التي رسمها أو رسمتها. راجعي بعد ذلك بدقة كل أقسام هذا الفصل وأيضاً المعلومات عن شد الوجه والثدي إذا كانت تنطبق على حالتك.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن المخاطر والمضاعفات لإعادة تحسين محيط شكل الجسم بعد فقدان وزن كبير تشمل كل الأخطار والمضاعفات التي تترافق مع أي عملية معينة تحتاجين للخضوع لها: مثل شد الجسم والبراكيوبلاستي أو شد الذراع ورفع الثدي وشد الوجه وشفط الدهون. إن هذا يشمل الهيماتوما (تجمع الدم أو السائل تحت الجلد)، انسداد الأوعية الدموية، الالتهابات وتلف العصب والنكروسيس (فقدان الأنسجة السليمة). بالإضافة إلى ذلك هنالك خطر عدم التناسق أو عدم استواء محيط شكل الجسم الذي قد يتطلب جراحة إضافية لتصحيح النتائج.

الحذر الإضافي هو أن جسدك قد مرّ بالعديد من التغيرات الجسدية والكيميائية وهذا يتطلب بأن تكوني سليمة جسدياً ونفسياً لتحمل التغيرات الإضافية الناتجة عن العلاجات الجراحية.

مسؤولياتك

تتضمن مسؤولياتك اتباع كل تعليمات جراح التجميل الخاص بك بدقة. إن إعادة تحسين محيط شكل الجسم بعد فقدان وزن كبير قد تستغرق تقريباً مدة الوقت نفسها التي استغرقها فقدان الوزن. إن إعطاء نفسك الوقت الكافي للشفاء بين المراحل هو أمر ضروري جداً. عليك أن تكوني صبورة – فالأمر يستحق ذلك.

أهدافك

لقد أصبحت جراحة البارياتريك أو المجرى الجانبي المعوي متوفرة أكثر وقد تكون الحافز لهدفك بفقدان الوزن. ومع أن فقدان الوزن هو أمر ضروري للحصول على شكل جسد جديد، فإن علاج الأنسجة المتدلية الناتج عن ذلك سوف يحقق لك ما تريدينه من محيط شكل جسم جديد.

إن عمليات الشد المختلفة سوف تجمل الجسم والمظهر ككل مع أو من دون ملابس. إن معظم الأفراد الذين خضعوا لهذه العمليات بعد فقدان وزن كبير هم راضون ومتحمسون لنتائج جراحة التجميل أكثر من رضاهم لفقدان الوزن نفسه. إن ثمن تقبل وجود الندوب الناتجة قد يستحق التغييرات التي سترينها في شكلك. إن نتائج إعادة تحسين محيط شكل الجسم تبقى دائمة طالما يبقى الوزن مستقراً.

60. هل هنالك أشكال أخرى لتحسين محيط شكل الجسم؟

يخضع معظم الناس لعمليات إعادة تحسين محيط شكل الجسم للنحافة واللياقة. لكن هنالك عمليات إعادة تحسين محيط شكل الجسم تكبر أو بالفعل تظهر منحنيات وشكل الجسد. إحدى هذه العمليات هي عملية تكبير الثدي النسائي مع الغرسات والمصنفة على أنها جراحة تجميلية للثدي ولقد ناقشناها بالكامل في القسم 7. أما أشكال التكبير الأخرى في محيط الجسم والتي تستعمل الغرسات لتكبير محيط الجسم فهي تشمل تكبير الصدر الذكري، وتكبير الأرداف وتكبير بطة الساق وتكبير العضلات الثلاثية الرؤوس والثنائية الرؤوس. لقد صممت هذه العمليات لتكبير محيط شكل ومظهر البنية العضلية للجسم حيث لا تستطيع التمارين ذلك، وفي أغلب الأوقات بسبب الوراثة. وخلافاً لغرسات تكبير الثدي المملوءة بسائل السليكون المطاطية، فإن الغرسات المستعملة في عمليات تكبير الأجسام هذه تكون مصنوعة من مطاط سليكون طبي جامد.

هل يغطيك التأمين؟

إن تكبير العضلات أو الجسم بواسطة الغرسات هو عملية تجميلية. يمكن في الحالات النادرة فقط التعويض عنها حيث يكون التشوه بسبب صدمة أو مرض. وهنا يطلب الحصول على الموافقة المسبقة.

المرشحون الجيدون

إن المرشحين الجيدين لتحسين محيط شكل الجسم بواسطة التكبير هم أفراد يتمتعون بصحة جيدة ومستعدون لتقبل فكرة أن هذه العمليات تستطيع تحسين حالتهم لكن ليس إلى حد الكمال ومستعدون إلى تقبل المخاطر المرافقة لهذا النوع من الجراحة باستعمال الغرسات.

كيف تتم العملية؟

هنالك نسبة محدودة صغيرة من جراحي التجميل المعتمدين من قبل المجلس في الولايات المتحدة الذين يمارسون حالياً تكبير العضلات لتحسين محيط شكل الجسم باستعمال الغرسات. وبسبب الطبيعة المنفردة لهذا النوع من العمليات والأخطار المترافقة معها، فعليك التأكد من أن أي جراح تجميل تستشيريه لديه الخبرة الكافية في استعمال غرسات الجسم.

إن تحسين محيط شكل الجسم مع استعمال غرسات عضلات الصدر أو العضلات الثلاثية أو الثنائية الرؤوس أو عضلة بطة الرجل تتطلب وضع غرسات مصنوعة من السليكون الصلب الخاص جراحياً. يتم وضع الغرسات عبر الشقوق في جيوب يتم صنعها عامة تحت الجلد والعضلة الفعلية التي نريد تكبيرها. تغلق الشقوق بواسطة القطب. فيما يلي هي مناطق الشقوق المعتادة لغرسات محيط شكل الجسم:

- الأرداف: في المنحنى/الغضن السفلي من الأرداف.
- الصدر: عند الجلد الداكن حول الحلمة، أو تحت الذراع أو عند محيط الثدي السفلي.
- بطة الرجل: خلف الركبة.
- العضلة الثنائية الرأس: في منحنى الكوع.
- العضلة الثلاثية الرؤوس: تحت الذراع.

ما عليك توقعه

إن تحسين محيط شكل الجسم مع استعمال الغرسات يجرى دائماً تحت تأثير التخدير العام وفي عيادة خارجية إما في عيادة الجراح الخاص بك أو في مرفق

جراحي نقال أو في المستشفى. حالما تنتهي العملية سوف تستفيقين وتشعرين بالانزعاج والألم والشد وربما التورم في العديد من الحالات. سوف تلف المنطقة التي أجريت عليها الجراحة بضمادات مطاطية أو ملابس ضاغطة لدعم الأنسجة الناعمة والعضلات خلال شفائها حول الغرسات. سوف تشعرين بالقساوة والانزعاج لعدة أيام بعد الجراحة ولكن يمكن التحكم بهذا الانزعاج بواسطة الأدوية. توقعي أيضاً خلال أيام الشفاء الأولى حدوث التالي:

- غرسات الأرداف: عدم الراحة في الجلوس، استلقي على ظهرك أو سيري.
- غرسات بطة الرجل: السير يكون غير مريح.
- غرسات عضلات الصدر أو الثلاثية أو الثنائية الرؤوس: من الصعب وغير المريح رفع أو حمل أي شيء أو حتى رفع الذراعين.

تتم إزالة القطب عادة خلال أسبوع أو اثنين بعد الجراحة وقد يطلب منك ارتداء الضمادات أو الملابس الضاغطة لبعض الوقت حتى الشفاء التام.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن مخاطر استعمال الغرسات لتحسين محيط شكل الجسم يشمل الالتهاب حول الغرسات أو عند أماكن الشقوق. قد يتغيّر مكان الغرسة أو قد تقذف (تتحرك بالقوة إلى السطح) تاركة ندوباً كبيرة. قد تتشكل أنسجة ندوب شاذة قاسية حول الغرسة وقد تكتنز الندوب الخارجية. يستدعي الأمر في بعض الحالات استبدال أو إزالة الغرسات. بالإضافة إلى ذلك، وكما مع أي جراحة فإن هنالك مخاطر النزيف وتجمع السوائل وتلف العصب ومخاطر التخدير. أكثر من ذلك، فإن تغيير مكان أو إزالة هذه الغرسات قد يتسبب بتلف العضلات بشكل دائم أو بتشويه شكلها.

مسؤولياتك

على المرضى اتباع كل تعليمات جراحهم بدقة لزيادة فرصة الحصول على نتائج جيدة. إن الحركة الزائدة أو غير المناسبة خلال المراحل الأولى من الشفاء قد تتسبب بتغيير مكان الغرسة. سوف يستدعي الأمر جراحة إضافية لتصحيح هذا التغيير.

أهدافك

إن النتيجة في مظهرك بعد تحسين محيط شكل الجسم لتكبير محـيط شـكل العضلات قد تكون ملحوظةً مباشرة. إن هذه النتائج دائمة طالما لا يتغيـر مكـان الغرسات أو تستدعي الحاجة إلى إزالتها لأي سبب. إن العديد مـن الأشـخاص لا يستطيعون الحصول على محيط شكل جسم متناسـق بسـبب عضـلات جسـمهم الصغيرة أو غير العادية على الرغم من المجهود القوي الذي يبذلونه. إن تحسـين الجسم بواسطة الغرسات أمر ممكن بالنسبة لهؤلاء الأشخاص وقد يرضيهم جداً.

تشوّه المظهر

مع أن التكبير بواسطة الغرسات وخصوصاً غرسـات الأرداف، قـد يكـون شائعاً في بعض الأماكن فإن قرار استعمال الغرسات يجب أن لا يكون اندفاعياً. إن نتائج هذا النوع من التكبير قد تؤثر على حياتك كلها. إذا اسـتدعى الأمـر إزالـة الغرسات واخترت أنت عدم استبدالها، فإن المظهر الناتج قد يختلـف كثيـراً عـن الشكل ما قبل العملية. قد تتدلى الأنسجة وقد يستدعي الأمر إجـراء شـد للجسـم لتحسين محيط الجسم.

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحة التجميل في العام 2003 ما يلي: إجـراء 3.385 عملية تكبير أرداف (تقريباً 5 أضعاف الرقم الذي أنجز في العام 2002)، و1.734 عملية تكبير عضلات الصدر الذكرية (أكثر من الضعف في العام 2002) و1.170 عملية تكبيـر بطة رجل (ما يزيد عن 6 أضعاف العمليات التي أنجزت في العام 2002). إن تكبير بطة الرجل كانت أقل العمليات التجميلية التي تم الإبلاغ عنها. إن الجمعية الأميركية لجراحي التجميل لم تبلغ عن عمليات تكبير الأرداف وعضلات الصدر وبطة الرجـل منـذ العـام 2003.

القسم التاسع

الجمال والتوازن:

الجراحة التجميلية لتغيير بنية الوجه

ما هي جراحة بنية الوجه التجميلية؟

ما هو الرينوبلاستي (تجميل الأنف) وغرسات الأنسجة الحية في الوجه

والأوتوبلاستي (تجميل الأذن الناتئة)؟

هل يستطيع الأطفال إجراء جراحة تجميلية للوجه بأمان؟

وأكثر...

إن أكثر ما تتضمنه الجراحة التجميلية لتغيير بنية الوجه تغيير شكل وزوايا وتناسق الوجه والأنف والأذنين. تكون بعض العمليات تجميلية أي أنها تنفذ لتحسن المظهر. أما العمليات الأخرى فتكون لإعادة البناء بطبيعتها وتتضمن الجراحة بعد إزالة الورم وبعد الصدمات وتصحيح التشوهات الخلقية (مثل الشفة وسقف الحنك المشقوقين). إن هذه الفئة من الجراحة في الوجه تشمل الأولاد والمراهقين والراشدين كمرشحين مناسبين.

61. ما هي جراحة بنية الوجه التجميلية؟

إن جراحة إعادة البناء والجراحة التجميلية للأولاد تتطلب معرفة موقف الولد من قرار تنفيذ الجراحة عند الإمكان. يجب عدم إجبار الولد، الذي يستطيع تفهم فكرة العلاج والرعاية الطبية، على الخضوع لأية جراحة تجميلية من أي نوع. إن الولد يستطيع تفهم ما يمكن أن يحققه العلاج الطبي أو الجراحة وما سوف يمر به وماذا يتوقع منه أو منها خلال مسار العناية والنقاهة. على الولد التعبير بصراحة عن شعوره أو شعورها فيما يختص بالخضوع للجراحة وأن يُحضّر نفسياً بقدر المستطاع.

تحدد بنية الوجه بالعظام والغضروف ويحدد مظهر الوجه ببنية الوجه والأنسجة الناعمة الموجودة فوقها (العضل والجلد والدهن). إن تغيير بنية الوجه هو الجراحة التجميلية التي تغير شكل العظم والغضروف والأنسجة الناعمة الموجودة فوقها. إن التقنيات الجراحية أو استعمال الغرسات تحسن حجم وشكل وزوايا أو محيط شكل الأنف والذقن والفك والأذنين والخدين.

إن جراحة بنية الوجه قد تمنح تغييراً بسيطاً أو جذرياً جداً في الشكل. لكن قبل الخضوع لأية جراحة عليك أن تتقبلي أن تغيير الشكل لن يغير حياتك، أو ينفي أصلك الوراثي أو العرقي. لكن قد يمنحك درجة عالية من الثقة بالنفس.

يجب أن تفهمي أن نتائج الجراحة التجميلية لتغيير بنية الوجه هي نتائج دائمة ويمكن تعديلها فقط بواسطة عمليات جراحية إضافية. لذلك، عليك التأكد من رغبتك في إجراء تغيير معين في بنية وجهك وكذلك من الجراح الذي تختارينه ومسار العلاج الذي يوصي به.

إن أكثر جراحات بنية الوجه هي جراحات الأنف (الرينوبلاستي). بالإضافة إلى ذلك، إن غرسات الوجه وجراحات الأذن هي من بين أكثر جراحات التجميل

رواجاً. تنفذ العديد من هذه العمليات لأهداف إعادة البناء أو لتصحيح وظيفة (مثل الرينوبلاستي بعد كسر في الأنف) إن جراحة بنية الوجه أيضاً تعزز من جراحات استعادة الشباب، تلك التي تستعيد مظهر أصغر سناً (مثل غرسة الذقن مع شد للوجه).

62. هل يوجد هنالك اعتبارات خاصة للأولاد؟

قام جراحو التجميل المعتمدون من قبل المجلس خلال العام 2003 وخلال السنوات السبع التي سبقت هذا العام بإجراء حوالي 40.000 إلى 44.000 عملية كل سنة لإعادة بناء تشوهات من الولادة كما أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل.

إن الجراحة التجميلية لبنية الوجه هي فئة واحدة من العمليات التي يكون فيها الأولاد والمراهقون من المرشحين الجيدين. يمكن إجراء الجراحة التجميلية للأولاد حتى بعمر الطفولة لتصحيح تشوّه خلقي أو عاهة منذ الولادة في الوجه. مثلاً، إن تصحيح الشفة و/أو سقف الحنك المشقوقين يمكن أن يبدأ من عمر العشرة أسابيع. أما تصحيح المكروشيا (غياب أو عدم اكتمال تكوّن الأذن الخارجية) فقد يبدأ من عمر السنة.

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل عن إجراء حوالي 27.000 عملية جراحة أذن في العام 2003 أجريت على الأولاد والراشدين سوياً.

إن أكثر عمليات تجميل بنية الوجه الجراحية للأطفال هي الأوتوبلاستي (جراحة لتصحيح الأذن الناتئة). يجب تحديد العمر المناسب ومسار العلاج وأنظمة الدعم من قبل فريق عمل متكامل. يتوجب على الولد وأهله (أو الأوصياء) وطبيب الأطفال وجراح التجميل العمل سوياً لتصميم خطة استراتيجية للجراحة. إن أسلوب فريق العمل مهم لمعظم جراحات تجميل الأولاد وذلك للحصول على فترة إنعاش سلسة ولمنع أي ضرر عاطفي أو نفسي للطفل. عندما تكون الجراحة واسعة قد يحتاج الأمر إلى شمل الأطباء النفسيين وأطباء الأعصاب وأطباء الأسنان وأي أشخاص مهنيين آخرين ضمن فريق العمل.

إن الأكاديمية الأميركية لطب الأطفال تقدم معلومات حول اختيار جراح الأطفال التجميلي ويمكن الحصول على المعلومات من http://www.aap.org/sections/plassurg.htm

على الأهل أو الوصي اتخاذ القرار النهائي بتنفيذ جراحة التجميل. عندما يكون الهدف الأول من

الجراحة غايات تجميلية، فهنالك العديد من الأمور التي يجب التفكير بها. عليك أولاً التكلم مع ولدك، اسمحي له أو لها بالتحدث عما يمكن أن تحققه الجراحة. مثلاً، قد لا يصرح الولد للعلن ويقول، "أتمنى لو لم تكن أذناي ناتئتين"، لكنه قد يقول، "لماذا يقول الناس بأن أذني مثل أذني الفيل؟" إن سخرية الأصدقاء لا تبرر، بالنسبة لك، قرار إجراء الجراحة. لكن إذا رأيت تغيرات قي شخصية ولدك أو علامات الإحباط، (الانسحاب، تغيير عادات النوم، وتغيير عادات الأكل) فيكون الاتصال مع الولد ضروري جداً.

يجب أن يفهم الولد أيضاً ويتقبل الخبرات المرافقة للجراحة. عليك أنت وجراحك مناقشة الحقائق الواقعية للجراحة بدقة وبأسلوب يتفهمه الولد كلياً لكن من دون خوف. عليك أن تشرحي لطفلك بعض التوقعات الممكن حصولها بعد الجراحة أيضاً مثل النشاطات الممنوعة وإبقاء الضمادات في مكانها. عليك التأكد من قدرة تعاون طفلك والأهم، عليك التأكد من رغبته بإجراء الجراحة وفي المكان الذي اخترته.

ملاحظة واحدة: لقد ناقشنا أن على المرضى عدم توقع أن الجراحة التجميلية ستغير حياتهم بشكل جذري. إن هذا صحيح جداً من وجهة نظر الراشدين، لكن من وجهة نظر الطفل الذي شعر بالخجل وتعرّض للسخرية فيما يتعلق بشكله، فإن الجراحة التجميلية قد تكون فعلاً حادثاً قد يغير مجرى حياته. إن الطفل المحافظ والخجول والذي تحاشى الاختلاط مع الآخرين قد يتغيّر ويتفتح ليصبح شخصاً منفتحاً واجتماعياً. قد يتحسن أداء بعض الأطفال في المدرسة أيضاً والطفل الذي كان في السابق سلبياً وغير متعاون مع الآخرين، قد يصبح إيجابياً جداً وخلاقاً وصديقاً ممتعاً.

إن الأولاد المراهقين يكونون مهووسين بمظهرهم وملابسهم وشكلهم. إن أهل كل المراهقين قد لاحظوا بالتأكيد هذه الأمور. إن لدى المراهقين أسباب شرعية لرغبتهم بالخضوع للجراحة التجميلية، وعلى الرغم من أن قرارهم قد يكون متهوراً، فإنهم في الحقيقة من المرشحين الجيدين.

إن الجراحة التجميلية تحسن كثيراً الثقة بالنفس في الحالات التي يكون فيها مظهر المراهق السبب لشعوره بأنه غير ملائم جسدياً. إذا صرح المراهق في عدة

مرات متكررة أنه يرغب أو ترغب بإجراء جراحة تجميل معينة، فيستدعي الأمر إجراء محادثة حول هذا الموضوع. لا يجب أن تؤثر الضغوط الخارجية (بما فيها العائلة والأصدقاء) على قرار المراهق، لكن دعم العائلة والأصدقاء مهم جداً. ليس من الواجب على المراهق أن يعبر عن رغبته فقط، بل عليه أيضاً أن يحدد ما يريد أو تريد تصحيحه ولماذا. من غير الواجب أن يكون لديه أو لديها توقعات واقعية حول نتائج الجراحة فيما يختص بالمظهر، وأيضاً حول نوعية الحياة.

يجب أن يرافق المراهق إلى استشارة الجراح شخص راشد موثوق به بغض النظر عن درجة مسؤولية هذا المراهق. يستطيع الجراح عند ذلك تقييم دوافع ووعي المراهق وبالتالي يحدد ما إذا كان المراهق هو بالفعل مرشح جيد لعملية ما.

63. ما هو التناسق الوجهي؟

إن التناسق الوجهي ليس مصطلحاً موسيقياً، إنه يصف النسب المتناسقة وتوازن ملامح الوجه. تشمل مكونات التناسق الوجهي (مع أشياء أخرى) حجم ومحيط شكل وزوايا الأذنين والأنف والخدين والجبين والفك والذقن. إن ملامح الوجه التي تكون متناسقة مع بعضها بعضاً تشكل تناسقاً وجهياً. لا يوجد هنالك ملامح أكثر بروزاً أو تختلف بالمظهر عن الملامح الأخرى.

عند فقدان التناسق الوجهي، تكون الملامح المزعجة محددة وظاهرة. لكن الحصول على تناسق وجهي لا يعني دائماً تصحيح الملامح المزعجة أو غير المتناسقة. مثلاً، إن المريض الذي يكون جبينه عريضاً ومرتفعاً جداً بشكل غير متناسق مع ملامحه الأخرى الطبيعية قد يحصل على تناسق في الوجه بتكبير الفك والخدين و/أو الذقن. إن تغيّر بنية الوجه للحصول على تناسق في الوجه يتحقّق عبر:

- تصغير البنية الوجهية التي قد تشمل قص أو تصغير العظم الزائد و/أو الأنسجة الناعمة.
- تكبير ملامح الوجه عبر استعمال الغرسات أو العظم أو الغضروف أو الأنسجة الناعمة لتغيير التناسق في حجم الخدين والذقن والأنف والفك.

إن أفضل طريقة لتحقيق التناغم الوجهي هو التقييم الذي يجرى خلال استشارة جراح تجميل معتمد من قبل المجلس أو جراح تجميل للوجه، أو في بعض

الحالات جراح فم. عليك خلال الاستشارة التعبير بوضوح عن الملامح التي تريدين تغييرها وكيف تعتقدين أن هذا التغيير سوف يؤثر في مظهرك ككل. أيضاً عليك الاستماع بدقة للجراح فعليها أو عليه أن ينصحك بعملية أو عمليات معينة ويخبرك بواقعية تحقيق أهدافك أو عدم تحقيقها. يجب كتابة الأسئلة والأجوبة. إذا لم تكوني متأكدة من الجراح و/أو مسار العلاج المقدم، استشيري جراحاً مؤهلاً آخر.

إن تحقيق التناسق في الوجه قد يكون أمراً مُرضياً. عندما يتم في بعض الحالات تحسين حالات بارزة ومزعجة جداً فإن الجراحة التجميلية قد تزيد في الحقيقة من ثقة الشخص بنفسه وتغير نظرة الشخص لحياته. عندما تغير الجراحة التجميلية أو تحسن أو تصحح ميزات الوجه (الملامح في الشكل التي تكون موروثة)، فقد لا يدعم بعض أفراد العائلة رغبتك بتغيير المظهر. إذا قبلت أنت والجراح الأهداف التي تريدين تحقيقها على أنها أهداف واقعية ويمكن أن تتحقق، فعليك البحث عن شخص يدعمك ويساعدك بعد الجراحة. يجب أن لا تقلقي بخصوص أي شخص آخر خلال فترة الإنعاش.

64. كيف يمكن تحسين شكل أنفي؟

إن الأنف هو عضو مهم يمكنك من الشم والذوق والتنفس بشكل فعّال وهو أيضاً أكثر الملامح المحددة في وجه الإنسان. إن الرينوبلاستي هي جراحة الأنف التي تنفذ لتحسين الشكل وفي أكثر الأوقات لتحسن الوظيفة. إن المصطلح "رينو" هو الأنف في اللغة اليونانية، أما المصطلح "بلاستي" فيعني تشكيل أو تصحيح الشكل. إن الرينوبلاستي تصحح شكل الأنف لتحسين المظهر و/أو التنفس.

هل يغطيك التأمين؟

عندما تنفذ جراحة الأنف لتحسين وظيفة التنفس، يتطلب الأمر الحصول على موافقة مسبقة لتغطية التأمين. يمكن أيضاً تنفيذ جراحة إعادة بناء الأنف لاستعادة شكل أنف طبيعي بعد تشوّه الأنف بسبب مرض أو صدمة أو تشوه خلقي. سوف يساعدك مكتب جراحك في الحصول على المستندات اللازمة لتقديمها إلى شركة التأمين للحصول على الموافقة قبل العملية. أية عملية إعادة بناء للأنف تتطلب فحصاً دقيقاً والمستندات اللازمة ومساراً جراحياً محدداً للحصول على تغطية التأمين.

عند تنفيذ الرينوبلاستي لوحدها لتحسين المظهر فقط، تكون العملية تجميلية وشركة التأمين لا تغطيها.

في الحالات التي تنفذ فيها الرينوبلاستي لتحسين المظهر ولتحسين وظيفة التنفس في الوقت نفسه، قد تغطي شركة التأمين قسماً من الجراحة وكلفة التخدير ومصاريف أخرى تتعلق بالتحديد بقسم إعادة البناء من الجراحة. ويكون الحصول على الموافقة المسبقة مطلوباً.

تحسين المظهر

إن جراحة الأنف هي أكثر عمليات البنية الوجهية رواجاً لتحقيق التناسق في الوجه. يمكن للرينوبلاستي تحقيق أي من التالي أو كله:

- تصحيح قصبة الأنف – تصحيح الحدبات أو الانخفاضات، وتعديل جسر عريض أو ضيق.
- تصحيح رأس الأنف – تصغير الرأس البصلي وتغيير زاوية الرأس أو تكبير الرأس الناتئ بشكل بشع.
- تغيير شكل ثقوب الأنف بما فيه تصغير ثقوب الأنف الكبيرة.
- تصحيح الخصائص المتعددة للأنف بما فيه حجم وزوايا ومنحنيات الأنف بالمقارنة نسبياً مع ملامح الوجه الأخرى.

يمكن أن يكون تحديد أهدافك لإجراء الرينوبلاستي أمراً بسيطاً جداً أو أمراً صعباً جداً. إن التواصل مع جراح التجميل الخاص بك أساسي لتحقيق النتائج الجيدة. لكن عليك الانتباه أنه من الصعب توقع نتائج الرينوبلاستي كاملة. فإن العظم والغضروف والأنسجة الناعمة موجودة في مكان صغير جداً واندمال الأنسجة كلها قد يختلف بعد الجراحة. يطلب في بعض الحالات إجراء أكثر من عملية واحدة لتحقيق ما تتوقعينه.

تصحيح مشكلة

إن أكثر أسباب إعاقة التنفس رواجاً والذي يتعلق ببنية الأنف هو وجود حاجز منحرف. إن الحاجز هو جدار الدعم الأساسي لجهتي الأنف. إن الحاجز المنحرف

هو الذي يكون ملتوياً أو في غير مكانه وهذا قد يتسبب بإعاقة مرور الهـواء فـي إحدى جهتي الأنف أو الجهتين معاً. يتطلب التصحيح إزالة قسم من الحـاجز ثـم تغيير الوضعية. قد يتطلب التشوه الكبير في الحاجز أخذ غضروف أو عظـم مـن مكان آخر في الجسم وتطعيمه. يمكن في بعض الأحيان أخذ عظـم أو غضـروف من خلف الأذن أو من الضلع لإعادة بناء تشوهات الأنف الأساسـية. يمكـن فـي بعض الأحيان استعمال حواشٍ أو أنسجة مطعّمة لإعادة بناء الأنف حسـب سـبب ومدى تشوّه الأنف. قد يتطلب إعادة البناء في بعض الأحيان أكثـر مـن عمليـة واحدة.

إن تصحيح شكل الأنف حسب الجمعية الأميركية لجراحي التجميل كان أكثر عمليات التجميل رواجاً في العام 2003 حيث تم تنفيذ حوالي 357.000 عمليـة. وفـي البحـث نفسه، كانت جراحة تصحيح الأنف أكثر الجراحات التجميلية رواجاً للرجال حيث تم تنفيذ 130.000 عملية في العام 2003.

أبلغت الأكاديمية الأميركية لجراحي تجميل الوجه وإعادة البناء في العام 2002 أن معدل كل عضو في إجراء عملية الرينوبلاستي كان 27 عملية لكل فرد في السـنة أو 6 عمليات في الشهر.

المرشحون الجيدون

إن مرشحي عملية الرينوبلاستي التجميلية هم الأشخاص الأصـحاء والـذين اكتمل نمو ملامح وجههم (عامة سن 16 وأكثر).

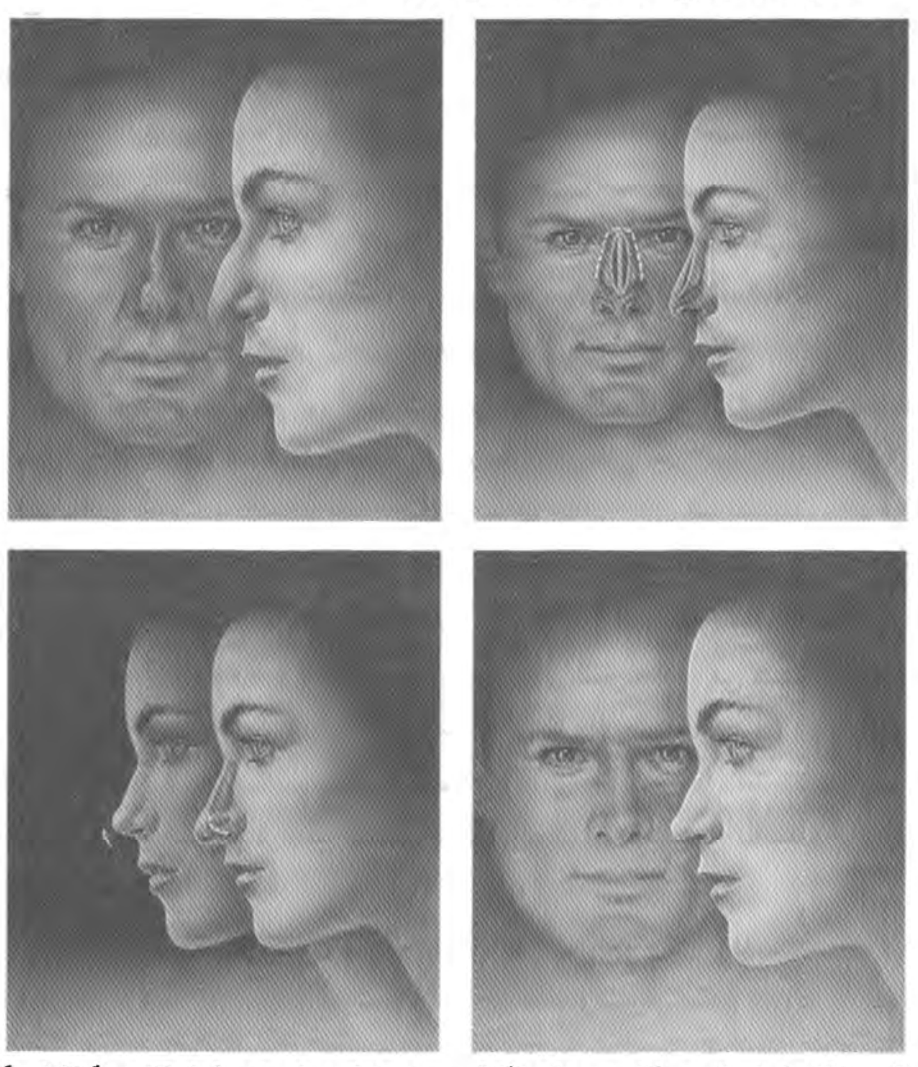
يمكن تنفيذ جراحة إعادة بناء الأنف في أي سن كما يقترح الطبيـب فالمـدى واسع. قد يحتاج الأطفال إلى إعادة بناء تتعلق بتشوه سقف الحنـك وقـد يحتـاج الراشدون إلى إعادة البناء بعد إزالة ورم ما.

كيف تتم العملية؟

تنفذ جراحة الأنف عامة في عيادة خارجية أو في عيادة الطبيـب أو مرفـق جراحي نقال أو في المستشفى. يكون التخدير موضعياً عادة مع استعمال مسـكنات أو يتم بالتخدير العام.

تجرى العملية عادة بإحدى طريقتين:

- عملية مغلقة، حيث تجرى الشقوق داخل الأنف ويتوفّر لدى الجراح فيها رؤية ووصول محدودان ومباشران لبنية الأنف.
- عملية مفتوحة، حيث تجرى الشقوق عند قاعدة الأنف لرفع الأنسجة الناعمة مما يمكن الجراح من الرؤية المباشرة للبنيات التحتية.



الرسم 10. الرينوبلاستي قبل وبعد. إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج المنفردة. مقدم بإذن من الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ®. كل الحقوق محفوظة. تعلمي أكثر على الموقع *www.plasticsurgery.org*.

يمكن قص وإزالة وتغيير مكان واستبدال الغضــروف والعظــم أو تطعيمــه لتصغير أو تكبير البنيات المختلفة في الأنف. يمكن أيضاً تصغير أو تكبير أو إعادة تشكيل الأنسجة الناعمة. قد يتم "كسر" أنفك خلال الجراحة. إن التعريف الأصح هو أوستيوتومي أو الكسر الذي سيجرى في عظم الأنف في نقطة محددة من قبــل. إن كل التعديلات التي تجرى في بنية الأنف يكون مخطط لها بدقة كجزء من مســار الجراحة.

ماذا عليك توقعه؟

يمكن وضع غلاف للأنف بعد الجراحة لدعم البنية خلال عمليــة الشــفاء، أو يمكن وضع مصافٍ صغيرة حتى يخرج السائل من الأنف عوضاً عن ابتلاعه. عند كسر العظام، يمكن استعمال شرائح رقيقة خارج الأنف للدعم الإضافي خلال فترة الشفاء. سوف يكون هنالك كدمات وتورم وخصوصاً تحت العينين. قــد تشــعرين أيضاً بألم في الفك العلوي أو الأسنان. ينصح باتباع حمية سوائل لعدة أيام.

سوف تشعرين بالألم في الأيام التي تلي الجراحة مباشرة. إن الكمادات الباردة الطرية والأدوية سوف تتحكم وتسكّن أي تورم أو انزعاج. من المهم إبقاء الــرأس عالياً لتقليل التورم والكدمات ومنع ابتلاع السائل الأنفي الذي تتم تصفيته. ســوف تتكوّن المادة المفرزة من الأنف بعد 48 ساعة من الجراحة. قــد تكــون ســميكة ودموية ويجب تغيير ضمادات الشفة العليا أكثر من مرة لتشعري بالنظافة والراحة.

قد تضطرين للبقاء في الفراش في اليوم التالي للجراحة أو في قــد تســتلقين على كنبة لكن يجب أن يكون الرأس مرفوعاً في كل الأوقات. ويجــب أن يكــون بقربك شخص راشد مسؤول خلال 24 ساعة الأولى بعد الجراحة. ستحتاجين أيضاً إلى السير لمسافات قصيرة مع مساعدة شخص مسؤول. يجب عدم الانحناء أو رفع الأوزان الثقيلة.

تتم إزالة المصافي خلال يوم أو يومين بعد الجراحة وتتم إزالة غلاف الأنف والشرائح الرقيقة خلال أسبوع وسوف تهدأ الكدمات والتورم. يمكن معاودة نشاطك اليومي العادي لكن من دون جهد كبير وذلك حتى يسمح لك طبيبك بذلك. لا تقومي بأية نشاطات قد تؤذي الأنف فهو قابل للكسر بسهولة. ســوف تختفــي الكــدمات والتورم خلال ستة أسابيع باستثناء رأس الأنف. يجب استعمال مرهم الوقاية مــن

الشمس للسنة الأولى التي تلي الجراحة على الأقل. إن بنية الأنف والأنسجة تحتاج إلى سنة على الأقل لتتخذ مكانها الجديد.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن المضاعفات المعينة التي تلي جراحة الأنف تشمل إمكانية النزيـف. قـد يحصل الالتهاب أيضاً وإذا تم استعمال الأنسجة المطعمة، فقد لا يتقبلها الجسم. قـد نجد أنسجة ندوب إضافية ونتوءات في المكان الذي كسر عنده الأنف. قـد تـزيح أيضاً عظام الأنف المكسور حتى ولو تم دعمه وحمايته خلال فترة الشفاء. وكمـا مع أي جراحة تتطلب التخدير فهنالك الأخطار التي تترافق مع التخدير.

لا يمكن توقع نتائج جراحة الأنف بقدر ما نتوقع نتائج الجراحات الأخـرى. ومع أنه قد تتم إعادة تشكيل العظام والغضروف بشكل جميل، لكن الشـكل قـد لا يتماشى مع الأنسجة الناعمة. إن قيود هيكـل الجسـم لا تسـمح بـإجراء بعـض التغييرات. مثلاً، إذا كان لديك جلد سميك، فقد تحتاجين إلى كمية عظم وغضروف للحصول على شكل معين أكثر من شخص لديه جلد رقيق. إذا كـان لـديك جلـد رقيق، فسوف يظهر كل منحنى في الغضروف. تأكدي من أنك ناقشت بشكل كامل كل التوقعات الواقعية مع جراحك قبل الجراحة.

مسؤولياتك

على المدخنين التوقف عن التدخين لعدة أسابيع قبل الجراحة وخلال الإنعـاش ولعدة أسابيع بعد الجراحة. إن الوقاية من الشمس أيضاً وحماية الأنف من أي أذى خلال النشاط الجسدي هم أمر مهم جداً إلى حين انتهاء فترة الشفاء، وهـي تكـون بشكل عام لمدة سنة.

أهدافك

إن النتائج النهائية لجراحة الأنف تظهر بعد سنة. لكن النتائج الأولية قد تكون مرضية جداً للأفراد الذين يطلبون تحقيق التناسق في الوجه أو تصحيح ملامح أنفية غير متناسقة وجلية. إن نتائج الرينوبلاستي تكون دائمة على الرغم مـن أن تقـدم بعض الأشخاص في السن قد يغيّر شكل الأنف بما فيه التغييرات في الغضـروف وتدلّي رأس الأنف.

الملحقات

يمكن تنفيذ الرينوبلاستي مع عمليات بنية وجه أخرى مثل غرسات الوجه لتحقيق التناسق في الوجه. يمكن أيضاً تنفيذها مع عمليات تجديد شباب الوجه لتقليص علامات الشيخوخة.

إنه *أنفك أنت*. لا تتوقعي أنك تستطيعين جلب صورة فوتوغرافية لأنف ما وتطلبين من جراحك الحصول على مثل هذا الأنف بواسطة الرينوبلاستي. إن مظهرك يتألف من كل ملامح الوجه وليس فقط الأنف. وحتى ولو تم تقليد الأنف نفسه الموجود في الصورة فإن مظهرك لن يشبه الصورة تماماً. وما يمكن أن يحدث في أكثر الأوقات هو أن بنية الأنف والأنسجة الناعمة قد لا تسمح بالحصول على الأنف الذي ترغبين به فابتداع الأنف ذاته أمر غير ممكن. تأكدي من إجراء محادثة صريحة مع جراحك ومعرفة ما يمكن ولا يمكن تحقيقه.

إذا كنت تفكرين بإجراء الرينوبلاستي وكان لديك ملامح عرقية مثل الآسيوية أو الإسبانية أو الأفريقية الأميركية، فعليك أن تسألي أي جراح وتستشيريه حول خبرته أو خبرتها في تنفيذ الرينوبلاستي على أشخاص من العرق نفسه. إن إجراء الرينوبلاستي على الأنف العرقي لا يعني فرض مقاييس ملامح العرق الأبيض. على جراح التجميل تلبية رغباتك والتركيز على مظهر جذاب يحافظ على الشخصية العرقية إذا كان هذا ما ترغبين به.

65. كيف يمكن تحسين ذقني وفكيّ الصغيرين وخدّي المسطحين؟

إن الأنف هو أكثر ملامح الوجه نتوءاً وتوسطاً، لكن بنية الوجه هي التي تشكل مظهر الوجه كله. للحصول على التناسق في الوجه، قد تكون غرسات الوجه مفيدة لتغيير حجم ومحيط شكل وزوايا منطقة الخدود (الوجنية أو الوجنية الفرعية) أو الذقن أو الفك. يمكن استعمال الغرسات كعملية منفصلة أو مع الرينوبلاستي أو عمليات تجديد شباب الوجه.

تصنع غرسات الوجه من مادة السليكون الصلب الطبي أو مواد صلبة أخرى والتي يمكن استعمالها بأمان في جسم الإنسان، وهي هياكل صلبة ذات شكل وحجم

خاص يمكن غرسها في الجسم مثل المفصل الاصطناعي الذي يمكن غرسه في الجسم بواسطة الجراحة التقويمية.

إن سر الحصول على نتائج ناجحة مع غرسات الوجه هو التقييم الدقيق لبنية الوجه بأكملها والمظهر: أي الزوايا والمنحنيات والنسب والنتوءات. قد تفاجئين بعد استشارة جراح التجميل أو جراح تجميل الوجه حول رغبتك بالخضوع للرينوبلاستي أنك بحاجة للخضوع إلى عملية غرس الذقن أيضاً. أو قد تفكرين بإجراء عملية شد للوجه للحصول على مظهر شبابي وتكتشفين أن غرسات الوجنة أو اللغد قد تساعدك أيضاً. إن جراح التجميل الخاص بك سوف يستمع إلى أهدافك لكنه سوف يبحث عن أفضل الطرق لتحقيق الانسجام في الوجه. تأكدي من إجراء مناقشة كاملة عن كل الحلول البديلة والخيارات وخذي كل الوقت اللازم خلال النظر في المرآة من كل الجوانب. قومي بعد ذلك باتخاذ القرار.

إن غرسات الوجه لا تقوم فقط بتكبير حجم ملامح معينة من الوجه. يمكن تصحيح تناسق بعض ملامح الوجه التي تكون ناتئة جداً عند استعمال غرسات الوجه لتغيير مظهر ملامح الوجه الأخرى – مثل استعمال غرسة الذقن أو اللغد للحصول على تناسق في الوجه مع جبين عريض وكبير – إذا كان استعمال غرسات الوجه أمراً قررته أنت أو قرره جراحك، تأكدي أولاً من تقييم كل نواحي التناسق في وجهك قبل الخضوع إلى أي عملية لتغيير بنية الوجه.

إن الذقن الصغير أو المتراجع هو الذقن الذي لا يبرز إذا نظرنا إليه من الجهة الجانبية ولا يبرز بشكل متناسق أبعد من الجبين أو نصف الوجه أو الذي يبدو وكأنه مختف في الرقبة. إن المنتوبلاستي (تكبير الذقن) باستعمال الغرسات تؤدي إلى تكبير حجم الذقن وتزيد امتداد الذقن عن الفك، أو سوياً. إن تحقيق التناسق في الوجه والتناغم مع أهدافك الشخصية للتحسين هي مسألة أساسية لاختيار الحجم والشكل المناسبين للغرسات.

إن حدّ الفك غير المحدد هو الذي يختفي في الرقبة أو الذي يفتقد وجود زاوية محددة وتناسق من أسفل الأذن إلى الخد. ومن دون هذه النقاط المحددة سوف يتشكّل للشخص لغد في سن مبكرة. إن غرسات الفك تدعى في غالب الوقت غرسات اللغد لأنها تزيد من بنية المنطقة الموجودة أمام اللغد. (تمتد عبر الذقن إلى

الفك الأسفل إلى وسط الفك). إذا كان لهذه الغرسات امتداد عند الذقن، فقد تسمى غرسات اللغد/الذقن. إن الغرسات تساعد على الحصول على توازن في الوجه عندما يكون الثلثان العلويان من الوجه غير متناسقين مع الثلث السفلي الصغير. إن هذه الغرسات تحسن الخصائص الوراثية للفك الصغير أو الضعيف أو تحسن المظهر نتيجة لفقدان العظم بسبب مرض ما أو فقدان الأسنان.

يمكن وضع غرسات اللغد أو اللغد/الذقن أو الذقن عبر شقوق داخل الفم بين الفك الأسفل والشفة السفلى أو عبر شق خارجي تحت الذقن.

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل والأكاديمية الأميركية لجراحي تجميل الوجه عن انخفاض كبير في عمليات تكبير الذقن مباشرة في السنوات السابقة: ASPS انخفاض بنسبة 39% من العام 2002 إلى 2003 وAAFPRS انخفاض بنسبة 29% من العام 2001 إلى 2002. كان عدد عمليات تكبير الذقن في السنوات السابقة مستقر وقارب 30.000 عملية كل سنة.

إذا كان منتصف الوجه مسطّح ومجوّف وغير محدّد يمكن تكبيره بتكبير الوجنة أو الوجنة الفرعية والتي تسمى عادة غرسات الخدين. يمكن وضع غرسات الخدين عند أعلى عظام الخدين (الوجنة) أو مباشرة تحت الجزء الأكبر من الخدين (الوجنة الفرعية). إن هذا يزيد حجم منتصف الوجه (الوجنة) ويكبر منحناه ويرفع وضعيته أو قد يملأ منتصف الوجه (الوجنة الفرعية) المجوف. إن حجم وضعية غرسات الخدين بالنسبة لبنية الوجه وأهداف تحقيق الانسجام ضرورية للحصول على نتائج طبيعية. إن غرسات الخدين التي تكون إما كبيرة جداً أو منخفضة جداً قد تؤدي إلى شكل خدين يشبهان "خدود السنجاب". أم الخدود المرتفعة فقد تظهر شكلك مثل خدود شخصية جوكر في مسلسلات الرجل الوطواط.

تستعمل غرسات الخدين لتصحيح الملامح التي تنتج عن الوراثة أو لتحسين علامات الشيخوخة في منتصف الوجه والتي تنفذ في أكثر الأحيان مع عمليات شد الوجه. يمكن وضع غرسات الخدين عبر شقوق داخل جفن العين السفلي داخل صدغ خط الشعر أو من خلال شقوق داخل الفم في الأعلى عند الشفة العليا.

ومنذ العام 2002، تم استعمال مواد جديدة لزيادة حجم منتصف الوجه قليلاً. إن استعمال الحشوات المحقونة هو أمر مثير للجدل عند استعمالها لهذا الهدف وهي مشروحة بدقة في القسم 11. إن الحشوات المحقونة ليست الحلول البديلة لغرسات الخدين فهي لا تغير بينة الوجه بل تزيد فقط من حجم الأنسجة الناعمة. أيضاً، فإن شد منتصف الوجه يستطيع ملء أنسجة الوجنة والوجنة الفرعية التي تهبط مع التقدم في السن. مرة أخرى تتطلب هذه العملية حشو القليل من الأنسجة الناعمة وليس تغييراً في هيكل البنية.





الرسم 11. غرسات الوجه قبل وبعد. إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج الفردية. مقدم بإذن من الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ®. كل الحقوق محفوظة. تعلمي أكثر على الموقع *www.plasticsurgery.org*.

المرشحون الجيدون

إن الأشخاص الأصحاء والذين اكتمل نمو بنية وجوههم واكتمل نضجهم عادة بعد سن 16 هم المرشحون الجيدون لغرسات الوجه.

كيف تتم العملية؟

إن وضع أي غرسات صلبة لتغيير بنية الوجه يتطلب جراحة في غرفة عمليات في العيادة أو نقالة أو في المستشفى. يمكن أن يكون التخدير موضعياً مع تسكين عبر الفم أو عاماً وهذا يعتمد على مدى الجراحة وتوصيات جراحك.

إن وضع الغرسات يتطلب إجراء جيب بين العظم والأنسجة الناعمة. يمكن استعمال القطب الداخلية أو البراغي الطبية لتثبيت الغرسات في المكان المناسب. يتم إغلاق الشقوق بواسطة القطب.

ما عليك توقعه

إن التغيرات البنيوية التي تحققها غرسات الوجه تكون مرئية مباشرة بعد الجراحة. على أي حال سيكون وجهك متورماً وفيه كدمات. وسوف يخف الإحساس الطبيعي عند مكان الغرسات وستكون حركات الوجه قاسية لعدة أيام أو أسابيع وهذا يعتمد على حالة الشخص وعلاجه.

قد تؤلمك الأنسجة الناعمة حول الغرسات وقد تشعرين بأنها مشدودة وممدودة فوق البنية التي تم تكبيرها. يمكن التحكم بالألم والانزعاج بواسطة الأدوية والكمادات الباردة الطرية. ينصح باتباع حمية سوائل خلال الأيام الأولى ويجب أن يبقى الرأس مرتفعاً لتخفيف التورم. يجب أن يبقى إلى جانبك شخص راشد طوال 24 ساعة على الأقل بعد الجراحة. يمكنك خلال يوم أو يومين معاودة نشاطك اليومي العادي الخفيف.

قد يستعمل بعض الأطباء ضمادات خارجية لعدة أيام بعد الجراحة لدعم الغرسات خلال فترة الشفاء الأولى. من المهم إبقاء هذه الضمادات في مكانها حسب تعليمات جراحك. سوف تتم إزالة القطب والضمادات خلال أسبوع بعد الجراحة. سوف يتحسن التورم والكدمات بسرعة خلال هذه الفترة لكنها سوف تبقى لعدة أسابيع.

يمكنك معاودة النشاط الطبيعي ونشاطات اللياقة خلال عدة أسابيع بعد الجراحة ما دمت لا تقومين بأية حركات قد تضر وجهك. تحتاجين أيضاً إلى تغليف الجلد حول مكان الجراحة من أشعة الشمس خلال فترة الشفاء الأولى لأن الأنسجة تكون حساسة للحروق وقد يتغير لونها.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن الالتهاب حول الغرسات قد يتطلب إزالتها و/أو استبدالها. أيضاً وإذا تمت إزاحة الغرسات من مكانها الأصلي، فقد يتطلب ذلك جراحة تصحيح. تشمل المضاعفات الأخرى بعد الجراحة ندرة حصول تلف العصب. يمكن أيضاً حدوث تشوّه في الأنسجة الناعمة فوق الغرسات، لكن هذا نادر. هنالك أيضاً المخاطر التي ترافق التخدير.

مسؤولياتك

إن اتباع تعليمات جراحك هو أمر ضروري جداً. إن إمكانية حدوث الالتهاب تزيد إذا أجريت الشقوق داخل الفم. لذلك، إذا لم تستطيعي فرك أسنانك لعدة أيام براحة، عليك غسل فمك بمحلول مطهر أو بيروكسايد حسب نصيحة جراحك. من المهم جداً غسل الفم بعد الأكل وقبل النوم إلى أن تندمل الشقوق كلياً.

على المدخنين التوقف عن التدخين لعدة أسابيع قبل الجراحة وخلال الإنعاش إلى أن تتم عملية الشفاء كلياً.

أهدافك

تكون نتائج غرسات الوجه مرئية مباشرة بعد الجراحة وقد تغير مظهرك بشكل جذري أو قد تحقق ببساطة التناسق في الوجه. إن غرسات الوجه قد تحدث تغيير مرضياً جداً للأشخاص الذين لديهم عدم تناسق، حتى ولو كان طفيفاً، في بنية الوجه. إن تغييرات الوجه من الغرسات تكون دائمة على الرغم من أن المظهر سيستمر بالتغيير خلال تقدمك في السن أو عندما يحدث تغيير كبير في وزنك.

التغيير فيك

إن التغيير البنيوي بعد الجراحة لسمة الوجه غير المتناسقة ستكون جلية بالنسبة لك. لكن لا تتفاجئي إذا لم يلاحظ الآخرون لماذا تبدين أفضل. قد يعتقدون أن السبب هو تغيير الوزن أو تسريحة شعر جديدة. تمتعي بجعلهم يتحيرون.

قد تلاحظين أنك أصبحت تنظرين إلى نفسك أكثر في المرآة (أو عدة مرايا لرؤية شكلك الجانبي) وذلك لتعتادي على المظهر الجديد. وقد ترغبين بعد الحصول على هذا المظهر الجديد بتغيير تسريحة الشعر أو تجربة مستحضرات تجميل جديدة. سوف

تلاحظين أن ابتسامتك زادت. أما الرجال الذين كانوا يخفون الذقن الصغيرة تحت اللحية، فقد أصبح بإمكانهم الآن التمتع بحلاقة ناعمة وإظهار ذقنهم للعلن. إن كل هذه الأمور طبيعية في تقبل المظهر الجديد والثقة التي تأتي مع هذا المظهر.

66. كيف يمكن تصحيح الأذن المشوهة أو الناتئة؟

إن قصة ديزني التي تحدثنا عن الفيل الطفل دامبو تعلمنا أن كلنا مميزون بسبب تلك الأشياء التي تجعلنا مميزين كأفراد. لكن لا يوجد هنالك شيء مميز عند الطفل الذي يتعرض للسخرية أو المضايقة بسبب "أذني الفيل دامبو". قد يكون دامبو استعمل أذنيه للطيران ليكسب موافقة مدير الحلبة في السيرك، لكن الطفل لا يستطيع القيام بشيء سحري لأذنيه الناتئتين.

لقد كانت الجراحة التي تصحح الأذنين الناتئتين أو "أذني الفيل دامبو" (التي تدعى الأوتوبلاستي) تعرف "بالتدبيس". أما اليوم فهذا الشكل المدبس لا يعتبر نتيجة مرغوبة لجراحة الأذن أو الأوتوبلاستي. إن الأوتوبلاستي تحسن المظهر الجمالي للأذنين الناتئتين لإنشاء محيط شكل ومظهر طبيعي وناعم أكثر.

ومع أن الأوتوبلاستي تنفذ على الأولاد أكثر، فإن الراشدين يخضعون دائماً للعملية لتحسين شكلهم الذي عانوا منه منذ الطفولة. إن معظم هؤلاء الراشدين كانوا يخفون أذنيهم بقصات الشعر المختلفة.

زاوية جديدة

إن الآذان التي تكون ناتئة تدعى آذان "دامبو"، لكن في الحقيقة من النادر أن تكون الآذان كبيرة جداً في الحجم. غالباً ما تبرز الأذنان من الرأس بسبب شكل الغضروف الكوبي العميق و/أو فقدان الثني الطبيعي للغضروف داخل القسم الأعلى من الأذن. إن الأذنين الناتئتين قد تتسببان بسخرية ومضايقة للطفل من أصدقائه. إن هذا يؤثر كثيراً في الثقة بالنفس في الصغر فالثقة بالنفس أمر مهم جداً لتطور الطفل الاجتماعي والنفسي.

في الماضي كان يتم تصحيح الآذان الناتئة بواسطة إزالة قسم من الغضروف من خلف الأذن ثم يتم سحب الأذن لتصبح قريبة من الرأس وبإغلاق الشق. إن هذه التقنية تسببت بمظهر غير طبيعي وقد حرّفت وحددت شكل المنحنيات الطبيعية في

الأذن. اليوم تستعمل تقنيات مماثلة لكن تم تصميم شكل الشقوق بحيث تحافظ على أو تنشئ منحنيات طبيعية في الأذن وتحسن أيضاً من زوايا الأذن بالنسبة للرأس. قد تضعف الأذن فعلياً وتطوى إلى الخلف على نفسها للحصول على نتيجة طبيعية. يمكن في بعض الأحيان إزالة الغضروف من القسم الكوبي الشكل داخل الأذن (يدعى الكونكا) عندما تكون هذه المنطقة عميقة جداً. تشوهات الأذن النادرة الأخرى التي يمكن معالجتها بواسطة جراحة إعادة البناء التجميلية تشمل:

- أذن مشذبة أو كوبية أو ضيقة قد تكون ناتئة وصغيرة في الحجم والمحيط وقد تكون مطوية أو قد يكون لديها إطار منبسط أو ثنايا. قد تكون وضعية الأذن في بعض الأحيان منخفضة على وضعيتها الطبيعية في الرأس. قد يحصل هذا على جهة واحدة أو جهتين (أي آحادي الجانب أو ثنائي الجانب) وقد يؤثر أو لا يؤثر على السمع.
- أذن "شتاهل" التي يكون شكلها مشوّهاً وتبدو مثل أذني الدكتور سبوك. إن الحالة بشكل عام لا تعيق السمع.
- أذن مخبأة وتدعى "كريبتوشيا" وهي تبدو مدفونة في الجمجمة عندما يكون في الحقيقة قسم من الأذن مطوياً ومدفوناً تحت فروة الرأس.
- أما "الميكروشيا" فهو تشوّه خطر في الأذن حيث لا تكون الأذن مكتملة النمو وقد لا تكون الأذن ناتئة على الإطلاق ولا يكون لها ثنايا طبيعية وبنية الأذن غير مكتملة. إن هذا قد يعيق السمع أو يؤدي إلى فقدانه لأن الأذن تفتقد قناة السمع الخارجية. إن إعادة بناء الميكروشيا تتطلب عمليات جراحية على مراحل لإنشاء أذن خارجية طبيعية.

إن عمليات إعادة البناء في أي من هذه الحالات تتطلب أسلوباً منفرداً وقد يشمل في بعض الأحيان فريق عمل: جراح وطبيب أطفال وطبيب نطق وأخصائي سمع وعامل اجتماعي. وقد تتطلب إعادة البناء عدة مراحل لذلك عليك أولاً استشارة جراح تجميل معتمد من قبل المجلس أو جراح تجميل وجه له خبرة في جراحة الأذن. على ذلك الجراح تحديد مسار الجراحة والعلاج الموصى به واستدعاء فريق عمل من الخبراء.

كيف تتم العملية؟

تنفذ جراحة الأذن عند الأطفال باستعمال التخدير العام أما عند الراشدين فتنفذ باستعمال التخدير العام أو التخدير الموضعي مع مسكن عبر الفم أو المصل. تنفذ الجراحة في مرفق جراحي في عيادة خارجية أو نقالة أو في المستشفى.

إن الجراحة لتحسين الأذن الناتئة مع شق الغضروف أو من دونه تتطلب تقطيباً لتشكيل الشكل الجديد للأذن وتثبيت وضعية الأذن في مكانها خلال فترة الشفاء. يمكن تنفيذ الجراحة على أذنين اثنتين مع أن أذناً واحدة تبدو ناتئة. إن هذا يحقق نتيجة موحدة. يمكن تنفيذ هذا النوع من الجراحة في عيادة خارجية.

فد تتطلب إعادة البناء أخذ أنسجة مطعّمة أو غضروف من مناطق أخرى في الجسم مثل الضلع أو جزء من العظم الموجود عند أسفل الجمجمة أو الورك. يمكن أن تكون المواد الاصطناعية في بعض الحالات بديلاً للأنسجة المطعمة المأخوذة من جسم الإنسان. إن الفقدان الكامل للأذن الخارجية بسبب تشوّه خلقي أو فقدانها من مرض أو حادث بتر يمكن أن يعالج بالغرسات. إن الغرس الجراحي في الجراحة الترقيعية خلال هذه الأيام يعطي نتائج طبيعية جداً في المظهر والملمس. إن مدة إعادة البناء أو عدد العمليات المطلوبة لتحقيق النتائج النهائية يحدد حسب كل حالة بمفردها. تأكدي من أن جراحك سوف يحدد لك كل مرحلة من المخطط الجراحي لك أو لطفلك. يمكن تنفيذ معظم الحالات في العيادة الخارجية.

المرشحون الجيدون

يمكن تنفيذ جراحة الآذان الناتئة ابتداء من سن الأربع سنوات أو عند اكتمال نمو الأذنين حوالي سن السادسة أو السابعة. من الأفضل التخطيط للجراحة إذا أظهر الطفل رغبته بتصحيح حالته وأصبح قادراً على مناقشة تلك الرغبة. على الطفل أيضاً أن يتمتع بالقدرة على فهم ما تشمله العملية الجراحية وأيضاً القدرة على التعاون بعد الجراحة. عليه أو عليها تقبل مسؤوليات المريض مثل ارتداء الضمادات ووضع الكمادات خلال مرحلة الشفاء. قد يجد الراشدون أن جراحة الأذن مرضية وهم من المرشحين الجيدين إذا كانوا أصحاء.

إن جراحة إعادة البناء لتصحيح التشوهات أو تصحيح فقدان الأذن يمكن أن تنفذ في أي سن.

ما عليك توقعه

إن الضمادات سوف تخبئ الوضعية أو الشكل الجديد للأذن المعاد بناؤهـا أو التي تغير مكانها. إن هذه الضمادات مهمة لدعم وحماية الأذن خلال مرحلة الشفاء الأولى وقد تساعد في بعض الحالات على تلاؤم الجلد حسب الغضـروف التحتـي ذي الشكل الجديد. قد يكون هنالك خفقان أو ألم خفيف ويمكن التحكم بهما بسـهولة بواسطة الأدوية عبر الفم. يمكن في معظم الحالات معاودة النشاط اليومي الخفيـف حالما يشعر المريض بأنه أصبح جاهزاً لذلك والذي قد يكون خلال يوم أو أقل بعد الجراحة.

قد يستمر ألم الرأس والانزعاج لعدة أيام. أما الأماكن التي أخـذت منهـا الأنسجة المطعمة، فسوف تؤلم قليلاً وقد تكون حمراء ومتورمـة أو منتفخـة قليلاً.

سوف يزيل الجراح خلال أسبوع أي ضمادات أو كمادات للكشـف عـن الشكل الجديد للأذن. سوف تزال أي قطب في الوقت نفسه أيضاً أو خلال أيـام قليلة.

يمكن معاودة النشاط الطبيعي حالما يجهز المريض أو عندما يسمح الجـراح بذلك. يستطيع معظم الأطفال معاودة اللعب حالما يجهزون لذلك وما دامت أمـاكن الأنسجة المطعمة محمية من الضرر. قد يقترح الجراح في بعض الحالات ارتـداء ربطة رأس واقية خلال النهار أو فقط خلال الليل للمساعدة علـى الحفـاظ علـى الوضعية الجديدة للأذن.

ما تحتاجين إلى معرفته

قد يحصل تجمّع للدم تحت الجلد في مكان الجراحة. إذا كان هنالك كميـة كبيرة، يجب تصفيتها وإلاّ سوف يلتف الغضروف الموجود تحتها ويحصل تشوّه في الغضروف يعرف "بأذن القرنبيط". من النادر أيضاً حدوث الالتهاب. يجـب معالجة هذا الأمر بشدة لأن للغضروف مورد دم ضعيف جداً ولا يتجاوب جيداً مع المضادات الحيوية. وكما مع أي جراحة، هنالك الأخطـار التـي ترافـق التخدير.

إن الأخطار الإضافية في النتائج قد تشمل إمكانيـة التصـحيح الزائـد أو

المنتقص للنتوء. بما أن الغضروف طري ومرن فإن طريقة تفاعله مع إعادة التشكيل قد لا تكون معروفة مسبقاً. يمكن أيضاً حصول عدم تناسق ضئيل بين الأذنين، لكن عدم التناسق الضئيل هو أمر طبيعي وقد لا يلاحظ في أغلب الأحيان.

مسؤولياتك

إذا كان المريض طفلاً أو راشداً فمن المهم جداً اتباع كل تعليمات جراحك بما فيها إبقاء الضمادات أو الكمادات وعدم لمسها. ومع أن الكمادات قد تشعر بالإرهاق والحاجة للحك فمن المهم جداً عدم إزالتها أو تحريكها أو إزاحتها بأي طريقة إلى أن يزيلها جراحك. إن الكمادات مهمة للتمكين من تلاؤم الجلد مع الغضروف ومنع تجمع الدم. إن الوقاية من الشمس ضرورية بعد الجراحة لمنع تغير لون الأذنين بشكل دائم.

على الراشدين المدخنين التوقف عن التدخين لعدة أسابيع قبل الجراحة ولعدة أسابيع خلال فترة الشفاء.

أهدافك

إن نتائج جراحة الأذن تكون نهائية وتكون مرئية حالما تتم إزالة الضمادات على الرغم من وجود التورم والكدمات. أما إعادة البناء فتكون نتائجه مرئية مع مرور الوقت خلال إتمام مراحل العلاج المختلفة.

أكثر من مجرد مظاهر

عند تنفيذ جراحة الأذن من قبل جراح تجميل أو جراح تجميل للوجه معتمد وله خبرة فيكون للجراحة مستوى مرتفع من الأمان والإرضاء. أما الأطفال الذين يخضعون للعملية فقد يكسبون ثقة عالية بالنفس. قد يبدون تحسناً في أدائهم المدرسي والمهارات الاجتماعية أو قد يواجهون حياة يومية سعيدة ولن يتعرضوا بعد الآن إلى سخرية أصدقائهم.

67. هل يوجد هنالك عمليات تجميل جراحية أخرى لبنية الوجه؟

هنالك جزآن مختصان جداً من جراحة التجميل يتعلقان بجراحة إعادة بناء

الوجه وهي جراحة الجمجمة (الرأس والوجه) وجراحة فك الوجه وهي المتخصصة في جراحة منطقة المانديلا (الفك الأسفل) والماكسيلا (الفك الأعلى). إن جراحة الجمجمة يجب أن تجرى من قبل جراحي تجميل معتمدين من قبل المجلس أو جراحي تجميل الوجه الذين قد مروا بتدريب مكثف ولهم الخبرة في هذا المجال المتخصص. أما عمليات الفك فهي وبشكل مماثل يجب أن تجرى من قبل جراحي تجميل فم معتمدين من قبل المجلس مع تدريب خاص على جراحة الفك.

إن الجمعية الأميركية لجراحة الفك تمثل جراحة الجمجمة والفك في الولايات المتحدة المتخصصين في إعادة بناء العظم والأنسجة الناعمة وتكبير الوجه www.maxface.org.

حسب الجمعية الأميركية لجراحي التجميل فإن أكثر من 90.000 عملية إعادة بناء فك قد نفذت في العام 2003 من قبل أعضائها. إن هذا الرقم لا يشمل إزالة الورم أو تصحيح التشوهات الخلقية.

القسم العاشر

كيف نبدو أصغر سناً

تجديد شباب الوجه جراحياً

هل تستطيع الجراحة التجميلية أن تعكس
علامات الشيخوخة؟

ما هي عمليات البليفاروبلاستي وشد الحواجب والريتادكتومي؟

متى يكون الوقت مناسباً لإجراء شد محدود للوجه؟

ما هي البدائل لتجديد الشباب الجراحي؟

وأكثر...

من منا لا يريد أن يبدو صغير السن؟ أو يبدو شاباً مثلما تشعر بـه أنـت؟ أو ربما يبدو في مثل عمرك؟ أو لا يبدو كما لو أنك تشيخ؟ ينظر إلى الشباب والجمال والحيوية في مجتمعنا كأمر مفضل على الشيخوخة الطبيعية. لقد كان الإنسان يبحث دائماً عن الطرق التي تجعله يبدو ويحس بأنه أصغر سناً. إن الطب يستطيع تحسين الصحة وتطويل حياتنا، لكن الأمر الوحيد الذي لا نستطيع منعه هـو التقـدم فـي السن.

لكن جراحة التجميل تستطيع إبطاء التغيرات التي يتسبب بها التقدم في السـن في مظهرنا. إن جراحة إعادة الشباب للوجه هي من الفئات السـريعة النمـو فـي جراحة التجميل من ناحية عدد العمليات التي تنفذ كل سنة وفي امتداد مدى أعمـار المرضى. وهي الثانية فقط بالنسبة للوسائل غير الجراحية لتحسين مظهر (تجديـد الشباب) التقدم في السن.

68. ما هو تجديد الشباب الجراحي للوجه؟

يشمل تجديد الشباب الجراحي للوجه العمليات التي تسـتعيد أساسـاً مظهـراً شبابياً أكثر للفرد. لقد صممت هذه العمليات الجراحية لتجعلك تبدو وكأنـك نسـخة أصغر من نفسك. إن الأشخاص من ذوي مستويات الدخل المختلفـة ومجموعـات العمر العديدة (حتى بعمر الثلاثينيات) يخضعون لتجديد الشباب بواسطة الجراحـة وليس كل هؤلاء المرضى من النساء أيضاً.

إن جميعنا لدينا علامات شيخوخة تختلف عن علامـات الآخـرين وتظهـر العلامات في أوقات مختلفة في حياتنا. لكن الشيخوخة ليست فقـط نتيجـة الوقـت فالوراثة والبيئة لهما تأثيرهما أيضاً. إن عمليات تجديد الشباب تهدف إلى تصـحيح علامات تقدم عمر معينة في كل منطقة الوجه والرقبة. يمكن تنفيذ هـذه العمليـات لوحدها أو تنفيذ عدة عمليات جراحية في جلسة جراحية واحدة أو أكثر. تشمل هذه العمليات:

- جراحة جفن العين: لاستعادة محيط ناعم للجفن العلوي و/أو تصحيح أكيـاس الجفن السفلي.
- رفع الحاجب: لرفع حاجب متدلّ و/أو بسط التجاعيد في منطقة الجبين.

- شد الوجه: لاستعادة محيط شكل ناعم لمنتصف الوجه واللغد والرقبة.
- التكبير عن طريق autologous: باستعمال أنسجتك شخصياً لتكبير مناطق في الوجه.
- التكبير من دون non-autologous: استعمال أنسجة أو غرسات من مصادر أخرى لتكبير مناطق في الوجه.

إن جراحي عمليات تجميل الوجه الجراحية المناسبين يشملون جراحي التجميل المعتمدين من قبل المجلس الأميركي لجراحة التجميل وجراحي تجميل الوجه المعتمدين من قبل المجلس. أيضاً، فإن أطباء العيون المعتمدين من المجلس مع التدريب المضاف في جراحة تجميل العيون (أو جراحة الأوكيوبلاستيك) هم الجراحون المناسبون لتنفيذ جراحة تجديد الشباب للعيون والأنسجة المحيطة. هنالك أيضاً وسائل غير جراحية لتقليل علامات الشيخوخة وتحسين المظهر المتقدم في السن. تدعى هذه الوسائل علاجات توسعية دنيا وسوف نعالجها في القسم 11.

69. هل أستطيع توقيف جسمي أو وجهي عن الشيخوخة؟

إن عمليات تجديد الشباب تعيد مظهرك إلى مظهر أكثر شباباً لكنها لا توقف عملية الشيخوخة. لا يوجد هنالك أي وسيلة لتوقيف الشيخوخة. لكن يمكننا المساعدة على إبطاء بعض مشاكل الشيخوخة من خلال أساليب حياة صحية. إن زيارة الطبيب بشكل منتظم وتناول الأكل المناسب وإجراء التمارين تمكننا من التحكم بصحتنا. إن العناية الجيدة بالبشرة والوقاية من الشمس هي أيضاً أقسام مهمة من هذا التحكم. ومع أن هرمون النمو الإنساني (HGH) والفيتو - أستيرز (مركبات نباتية) والفيتامينات والأعشاب يتم درسها بشكل مستمر فإنه لم تثبت البحوث حتى الآن مدى فعاليتها، أو في بعض الحالات، حتى سلامتها.

يوجد عاملان يسرعان من عملية شيخوخة الوجه:

- التأثيرات البيئية مثل التعرض للشمس والتلوث والجفاف.
- الصحة السيئة والتدخين وتغيرات الوزن والضغط النفسي.

لا يمكنك منع الشيخوخة الطبيعية للوجه والجسم، لكن يمكنك التركيز

على أسلوب حياة صحي لتقليص الضرر المستقبلي. وإذا كنت لا تريدين تقبل علامات الشيخوخة عند ظهورها، فعليك التفكير بتجديد الشباب عبر الجراحة.

70. كيف يمكن تصحيح جفن العين المتدلّي كالكيس؟

إن منطقة جفن العين هي إحدى الأماكن الأولى في الوجه التي تبدو عليها علامات الشيخوخة. إن جلد جفن العين هو الأنعم والأرق في الجسم كله وفي الوقت نفسه فإن منطقة جفن العين هي أكثر قسم في الوجه التي تكون مفعمة بالحيوية والنشاط والعضلات القوية والتي تخلق التعابير المتعددة. ولهذا السبب نستطيع أن نفهم سبب رواج عمليات جراحة جفن العين التجميلية لتجديد الشباب. زيادة على ذلك إن الملامح الموروثة مثل البينة العظمية السطحية والانحناء لزاوية العين الخارجية نحو الأسفل يتسببان أيضاً بوجود أكياس عند الجفن السفلي للعين في عمر مبكر جداً.

إن مظهر جفني العينين المرتخيين في أي عمر قد يجعل الشخص المرتاح يبدو وكأنه متعب والشخص السعيد يبدو وكأنه حزين أو غاضب جداً. إن جراحة جفن العين (تدعى البليفاروبلاستي) تحسن شكل الجفن العلوي و/أو السفلي للعين باستعادة أو إنشاء محيط جفن عين علوي ناعم وتصحيح التدلّي أو الانتفاخ الزائد (الأكياس) في جفن العين السفلي.

إن جراحة جفن العين لا تغيّر وضعية أو طبيعة شكل الحاجبين. (إن العملية لتصحيح هذه الحالات هي رفع الحاجب). بالإضافة إلى أن جراحة جفن العين أيضاً لا تصحح حالة "رجل الغراب" لكن قد تحسنها إلى حد ما. إن الكانثوبكسي والكانثوبلاستي هي عمليات مرتبطة بهذا الموضوع وهي تشد الأوتار الخارجية في جفن العين السفلي لرفع الزاوية الخارجية للعين ومنع التدلي.

يمكن تنفيذ جراحة جفن العين من قبل جراح معتمد من قبل المجلس أو طبيب عيون معتمد من قبل المجلس وقد مرّ بتدريب كثيف على جراحة العين التجميلية أو جراح تجميل وجه (أوتولارينجولوجيست) مرّ بتدريب كثيف على جراحة الوجه التجميلية.

هل يغطيك التأمين؟

إن جراحة جفن العين هي عامة جراحة تجميلية وليست مؤهلة للتعويض من قبل شركة التأمين. في الحالات النادرة التي يتسبب فيها الجفن العلوي الرخو بحجب النظر فقد تغطي شركة التأمين قسماً من العملية. يجب إجراء فحص دقيق للعين بما فيه فحص لمجالات النظر من قبل طبيب العيون ويجب الحصول على الموافقة المسبقة.

المرشحون الجيدون

إن المرشحين الجيدين لجراحة جفن العين يشملون الأشخاص الأصحاء النساء والرجال البالغين الذين لديهم أجفان عيون متدلية أو منتفخة. هنالك حالات معينة تتطلب اعتبارات معينة قبل جراحة جفن العينين. إذا كان لديك أمراض عيون مثل الغلوكوما أو القرنية المنفصلة أو مرض غرايفز أو أمراض أخرى تؤثر في النظر فعليك الحصول على موافقة من طبيب العيون قبل الجراحة. عليك أيضاً الحصول على موافقة من قبل طبيبك الصحي الخاص إذا كان لديك أمراض جهازية مثل مرض الغدة الدرقية أو ارتفاع ضغط الدم أو اضطرابات في النزيف أو السكر في الدم.





الرسم 12. جراحة جفن العين (البليفاروبلاستي). إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج الفردية. مقدم بإذن من الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ®. كل الحقوق محفوظة. تعلمي أكثر على الموقع *www.plasticsurgery.org*.

كيف تتم العملية؟

يمكن تنفيذ جراحة جفن العين على جفن العين العلوي أو السفلي أو الاثنين معاً.

الجفن العلوي للعين

إن جراحة جفن العين العلوي تستعيد مظهراً أنعم وأنشط لجفن العين العلوي. تتطلب العملية إحداث شق في داخل أو تحت المنحنى الطبيعي للجفن العلوي ويتم من خلال هذا الشق:

- قص الجلد والأنسجة الزائدة.
- إمكانية إزالة الدهن أو إعادة توزيعه.
- إمكانية تغيير وضعية عضلات جفن العين أو إزالة قسم منها.

إن طول وشكل الشقوق يعتمد على كمية الجلد الزائد الموجود. تغلق الشقوق بواسطة القطب القابلة للإزالة أو قطب دقيقة جداً قابلة للامتصاص.

الجفن السفلي للعين

يمكن تصحيح انتفاخ أو تدلي الجفن السفلي الذي يتسبب بمظهر متعب أو تعيس بثلاث طرق:

- عبر شق مخبأ داخل جفن العين السفلي (لإزالة الدهون).
- عبر شق خارجي مباشرة تحت رموش العين السفلية (لإزالة الدهن و/أو الجلد).
- عبر شق في جفن العين العلوي (للشد الأفقي و/أو انحدار نحو الأعلى).

تتم إزالة الدهن عبر شق داخلي أو خارجي. إن الشقوق الخارجية فقط تسمح بإزالة الجلد الزائد. عندما يكون الجفن السفلي رخواً أو متدلّياً كثيراً يمكن تنفيذ الكانثوبكسي أو الكانثوبلاستي. إن هذه العمليات تشد الجفن السفلي في بعده الأفقي وقد ترفع إلى الأعلى الزاوية الخارجية للعين بدرجات مختلفة. يتم تغيير وصلات الجفن السفلي الخارجية مع العظم (الأوتار) لتصحيح جفن العين الرخو. أما الكانثوبلاستي فهي تغير وضعية جفن العين السفلي وتقويه بقص أوتار جفن العين

السفلي وتغيير وضعيتها بشكل دائم. تثبت الكانثوبكسي وقد ترفع أوتار جفن العين السفلي باستعمال قطب داخلية لتثبيت الوتر مع العظم. يتم إغلاق الشقوق بواسطة القطب الدقيقة.

ما عليك توقعه

عند تنفيذ جراحة جفن العين لوحدها، يمكن تنفيذها تحت تأثير التخدير الموضعي مع استعمال المسكن في أكثر الحالات أو تحت تأثير التخدير العام. إن جراحة جفن العين هي جراحة يمكن أن تتم في عيادة خارجية في معظم الحالات، إما في مرفق نقال أو في المستشفى.

سوف تدمع عيناك عند الانتهاء من العملية وسيكون نظرك غير واضح. يمكن وضع مرهم على العينين. قد تكون عيناك منتفختين ومتورمتين. يجب أن يعتني بك فرد راشد من العائلة أو صديق أو ممرضة ويجب أن يلازمك ويساعدك أحدهم طوال 24 ساعة التي تلي الجراحة. إن الكمادات الباردة تساعد على إزالة أي انزعاج وكذلك تفعل الأدوية عبر الفم. من الأساسي جداً أن تنامي أو تستلقي بوضعية مرتفعة وأن لا تنحني إلى الأمام لأي سبب من الأسباب.

لن تتمكني من وضع العدسات اللاصقة إلى أن ينصحك جراحك بذلك. إذا وضعت عدسات قاسية النوع، فقد تحتاجين إلى إعادة إحكامها. لترطيب العينين جيداً سوف تنصحين باستعمال قطرة للعينين لاستعمالها حسب التعليمات وسوف تمنحين تعليمات لتنظيف الشقوق ومرهم يساعدك على شفائها.

تستطيعين معاودة مزاولة النشاط اليومي الخفيف حالما تشعرين بأنك أصبحت جاهزة لذلك. لكن يجب عدم الانحناء أو حمل الأشياء الثقيلة الوزن. قد تتحسسين من الضوء الوهاج وسوف تشعرين بجفاف في عينيك لبعض الوقت. تأكدي من استعمال قطرة العين حسب التعليمات للتخفيف من حالات جفاف العينين.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن مخاطر ومضاعفات جراحة جفن العين تشمل النزيف والكدمات والشفاء البطيء في مكان الشقوق وتضرر سطح العين مثل كشط القرنية وجفاف العين. سوف تشعرين بأن عينيك جافتان ومشدودتان خلال الأشهر الأولى بعد الجراحة

ولكن هذا لا يعتبر من المضاعفات. أما الصعوبة المستمرة بإغلاق العينين كلياً فهو أمر ممكن لكن نادراً ما يحصل. هنالك خطر مضاف مع جراحة الجفن السفلي وهو سحب الجفن السفلي إلى الأسفل. تم الإبلاغ عن حالات عمى بعد إزالة الدهن بسبب النزيف وراء العين. إن هذه المضاعفات هي نادرةً ونادراً جداً ما تحدث. أما جفاف العينين الدائم فهو ممكن أيضاً خصوصاً عند المرضى الذين لديهم جفاف قبل الجراحة. من الجيد فحص كمية الدموع التي تولدها العين قبل الجراحة وذلك حتى يتمكن الجراح من التخطيط بناء عليها. أما المضاعفات الأخرى فهي قابلة للتصحيح عند تنفيذ جراحة جفن العين من قبل جراح له خبرة ومؤهل. هنالك أيضاً الخطر الذي يترافق مع التخدير.

مسؤولياتك

على المرضى التوقف عن التدخين لعدة أسابيع قبل جراحة جفن العين وحتى وقت اكتمال الشفاء. سوف تنصحين أيضاً بالتوقف عن تناول بعض الأدوية لعدة أيام قبل الجراحة ومباشرة بعدها. إن نجاح الجراحة يتأثر كثيراً بالعناية بالجرح واستعمال قطرة العين والمرهم.

أهدافك

إن تصحيح جفن العين العلوي وتنعيم محيط جفن العين السفلي سوف يحجب بالتورم والكدمات التي تظهر مباشرة بعد الجراحة. إن هذه التغييرات سوف تهدأ كثيراً خلال الأسبوع الأول وتستمر بالتحسن خلال شهرين إلى أربعة أشهر. حالما تتم إزالة القطب وتندمل الشقوق، يمكنك استعمال مستحضرات التجميل لإخفاء الكدمات والندوب. سوف تستمر الندوب من الشقوق الخارجية بالتغير وتختفي خلال ستة أشهر أو أكثر ومع الوقت قد لا تلاحظين هذه الندوب فمكانها مخبأ في المنحنى الطبيعي للجفن العلوي وخط الرمش السفلي. ومع ذلك فكل الندوب دائمة.

وجهة نظرك

سوف تبدين بالنسبة للأصدقاء والعائلة مرتاحة وأكثر سعادة وقد لا يربط البعض هذا بالتحسن الذي حصل في عينيك. سوف يعتقدون في أغلب الأحيان أنك أمضيت إجازة مريحة أو أن ضغط الحياة اليومية قد خف.

إن جراحة جفن العين هي من بين أفضل خمس عمليات تجميل جراحية للنساء والرجال حسب المعلومات في العام 2003 من الجمعية الأميركية لجراحي التجميل والجمعية الأميركية لجراحة التجميل. إنها من أكثر عمليات تجديد الشباب رواجاً. وقد أبلغت ASPS عن تنفيذ حوالي 247.000 عملية في العام 2003. وحسب الأكاديمية الأميركية لجراحي تجميل الوجه فإن البليفاروبلاستي كانت في العام 2002 من بين أكثر العمليات التجميلية التي نفذت من قبل أعضائها.

71. هل يمكن تصحيح حاجب ذي غطاء أو مجعد؟

إن رفع الحاجب هي جراحة لتحسين أو تصحيح وضعية حاجب منخفض وذي غطاء والحاجب الذي يكون فيه "خطوط عابسة" عمودية تنشأ فوق جسر الأنف بين العينين. إن الجبين والحاجبين المتدليين والمجعدين التي تنشأ مع التقدم في السن قد تجعل شخصاً سعيداً يظهر وكأنه حاقد أو تعيس والشخص المرتاح قد يبدو وكأنه متعب ومرهق. إن رفع الحاجب يعطي شكلاً شبابياً أكثر لمنطقة الحاجب.

إن الناس في أكثر الأحيان يطلبون إجراء جراحة لجفن العين بينما رفع الحاجب قد يصحح حالتهم بشكل دقيق أكثر. إن رفع حاجب متدلّ قد يحسن في شكل من الأشكال جفن العين العلوي. لكن رفع الحاجب لوحده لا يغير محيط جفن العين العلوي وجراحة جفن العين لا ترفع الحاجب المتدلي. تجرى العمليتان بشكل دائم سوياً لخلق مظهر هادئ وناعم للجفن العلوي والحاجب.

تنفذ عملية رفع الحاجب بواسطة جراح تجميل معتمد من قبل المجلس أو أوتولارينولوجيست يملك شهادة بالخبرات الإضافية في جراحة تجميل الوجه.

هل يغطيك التأمين؟

إن رفع الحاجب هو عملية تجميلية وليست مؤهلة للتعويض من قبل شركة التأمين. إذا تشوّه الحاجب بسبب صدمة سابقة على أعصاب الحاجب فقد يغطي التأمين الجراحة، وهذا أمر نادر. ودائماً الموافقة المسبقة مطلوبة.

المرشحون الجيدون

إن المرشحين الجيدين لرفع الحاجب هم النساء والرجال الأصحاء والذين ليس

لديهم مشاكل صحية خطيرة. وخلافاً لما يعتقده الكثيرون فحتى الرجال الذين فقدوا الكثير من الشعر يمكن أن يكونوا مرشحين لعمليات رفع الحاجب.

كيف تتم العملية؟

يمكن تنفيذ رفع الحواجب بعدة طرق أما التقنية التي تناسبك فيحددها مظهرك وهيكل جسمك وأهدافك من رفع الحواجب ودرجة التصحيح اللازمة لتحقيق هذه الأهداف.

إن تقنية التجويف (إندوسكوبيك) شبيهة بجراحات المفاصل التقويمية أو جراحات الشقوق المحدودة الأخرى التي تستعمل المجهر الجراحي. يتم بواسطة هذه التقنية إجراء عدة شقوق داخل أو عند خط الشعر وتستعمل أدوات معينة لسحب الأنسجة العميقة إلى الأعلى ويتم فصل العضلات التي تتسبب بالمنحنيات العمودية.

يمكن أيضاً إجراء رفع الحاجب باستعمال الشقوق:

- على أعلى الرأس داخل خط الشعر (يدعى الشق التاجي).
- أمام خط الشعر.
- عبر الجفن الأعلى.

إن الشق التاجي يسمح بإزالة الجلد الزائد إذا لزم الأمر. يمكن دمج الشق أمام خط الشعر مع الرفع التجويفي في المرضى الذين يكون جبينهم مرتفعاً جداً. يشمل شق جفن العين العلوي قص العضلات التي تسحب الحاجب إلى الأسفل. عند استعمال أي من هذه التقنيات فإن العضلات التي تتسبب بتجعد أو انحناء الحاجب يمكن فصلها وبذلك لن تظهر عليك هذه التعابير في المستقبل. عند تغيير وضعية العضلات والأنسجة الأخرى، يمكن استعمال قطب خارجية و/أو داخلية أو براغي أو أجهزة تثبيت أخرى لتثبيت الأنسجة في مكانها. سوف يتم استعمال قطب قابلة للإزالة أو مشابك معدنية لغلق الشقوق.

ما عليك توقعه

يمكن تنفيذ عملية رفع الحاجب تحت تأثير التخدير الموضعي ومسكنات أو تخدير عام. تنفذ العملية في عيادة خارجية في عيادة الجراح أو مرفق جراحي نقال أو في المستشفى.

عند الانتهاء من العملية سوف تشعرين بصداع خفيف وألم في مكان الشقوق وبعض التورم. يمكن ربط رأسك بشدة وسوف يوضع أنبوب رقيق لتصفية أي سوائل زائدة. يجب أن يعتني بك صديق راشد أو فرد من العائلة أو ممرضة تبقى معك خلال 24 ساعة التي تلي العملية. يجب عدم الانحناء إلى الأسفل أو حمل أي وزن ثقيل ويجب أن تنامي أو تستلقي في وضعية مرتفعة. سيكون هنالك تورم وكدمات خلال الأيام الأولى بعد الجراحة. إن الأدوية عبر الفم والكمادات الباردة يجب أن تسيطر على الانزعاج الذي قد تمرين به.

قد تستطيعين الاستحمام وغسل الشعر عند إزالة أنبوب التصفية والكمادات وعندما يسمح لك جراحك بذلك. ستتم إزالة القطب أو الكبسات لإغلاق الشقوق خلال أسبوع أو اثنين. إذا تم استعمال براغي خارجية، فيمكن أن تبقى هذه في مكانها لمدة أطول. خلال أسبوعين أو ثلاثة سوف تتمكنين من استعادة نشاطك اليومي الطبيعي.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن مخاطر ومضاعفات جراحة رفع الحاجب تشمل الهيماتوما (تجمع الدم تحت الجلد) والشفاء البطيء. قد يفقد الشعر في مكان الشقوق خصوصاً مع الشق التاجي. سوف تشعرين أيضاً بالتخدير في فروة الرأس وهذا يكون أمراً مؤقتاً عادة. وسبب هذا يعود للتورم حول أعصاب الحس. قد تواجهين في حالات نادرة جداً شللاً في الحاجب والذي يمكن أن يدوم أو لا يدوم. قد يحدث عدم تناسق وجهي (حاجب أعلى من الآخر) وفي أكثر الأحيان تكون هذه الحالة موجودة قبل الجراحة لكن تكون قد توضحت أكثر بعد الجراحة. قد يبدو الحاجبان عاليين، لكن سوف يرتخيان إلى وضعية طبيعية بعد زوال التورم.

إن إحدى أكثر نتائج جراحة تقنية الشق التاجي غير المرغوب فيها، مع أنها لا تعتبر من المضاعفات، هي أنه سيكون لديك خط شعر مرتفع. وبالنسبة لأي شخص لديه خط شعر مرتفع من قبل فإن هذا الأمر قد يكون مقلقاً. لذلك من الأفضل مناقشة كل الخيارات والنتائج المرافقة مع جراحك قبل إجراء جراحة رفع الحاجب. (قد تحتاجين إلى إحداث شق أمام خط الشعر للحصول على جبين أكثر انخفاضاً).

مسؤولياتك

على المدخنين التوقف عن التدخين قبل الجراحة وخــلال النقاهــة. وســوف تمنعين أيضاً من تناول بعض الأدوية والفيتامينات قبل الجراحة وخلال فترة النقاهة مباشرة. عليك اتباع كل تعليمات جراحك فيما يخص العناية بتنظيف الجرح ووضع الكمادات أو ضمادات الرأس.

أهدافك، خبرتك

سوف تلاحظين خلال أسبوعين إلى أربعة أسابيع زوال معظم التورم وسوف تتمكنين من معاودة نشاطك اليومي الطبيعي والتمــارين. إن زوال التــورم كليــاً يستغرق أشهراً. ومع أن النتائج تكون دائمة إلا أنها سوف تتغير مع تقدم الوجه في السن. لكن من دون القدرة على تكوين تعابير معينة فإن إمكانية تشــكيل التجاعيــد العميقة والمنحنيات سوف تتقلص كثيراً ونعومة الحاجب سوف ترجعــك ســنوات عديدة إلى الوراء.

إن فوائد تجديد الشباب في جراحة رفع الحاجب ســوف تســاعدك علــى أن تظهري أكثر سعادة وأصغر سناً ومرتاحة. قد لا تشعرين بالسعادة والراحــة فــي الأيام الأولى التي تلي الجراحة. لكن خلال أسابيع قليلة سوف تظهر النتــائج ولــن يلاحظ الآخرون على الأرجح أن سبب التغييرات هي جراحة تجميل.

ملاحظة خاصة: قد ينصح جراحك باستعمال علاج حقن البوتوكس التجميليــة قبل العملية وذلك لترخية العضلات التي ستتغير وضعيتها أو بعد العملية للمحافظة عل نتائج جراحة رفع الحاجب لمدة أطول. اقرئي الأسئلة في القسم 11 حول علاج البوتوكس إذا كنت تفكرين بإجراء رفع للحاجب.

حسب الجمعية الأميركية لجراحي التجميل فإن جراحة رفع الحاجب انخفضت فــي العدد من العام 2000 إلى العام 2003 بنسبة 52% أو من تقريباً 121.000 عملية إلى تقريباً 58.000. لماذا هذا الانخفاض الحاد؟ على الأغلب بسبب ارتفــاع الإقبــال علــى البوتوكس كحل بديل فهو علاج غير توسعي يوفر وسائل مؤقتة وعظيمة وآمنة لتخفيف تجاعيد ومنحنيات الحواجب. لكن البوتوكس لا يحقق النتائج الطويلة الأمد نفســها مثــل الجراحة.

72. كيف يتم تحسين شيخوخة الوجه والرقبة؟

إن شد الوجه (الريتادكتومي) هو جراحة تجديد شباب تجميلية لمنطقة منتصف الوجه والرقبة. إن الريتادكتومي تشد وتنعم بشرة الوجه والرقبة. إن نظام عملية شد العضلات السطحية (SMAS) ترفع أو تشد عضلات الوجه والجلد أيضاً. لقد تم تطوير تقنية شد الوجه SMAS في السبعينيات في أوروبا وراجت بسرعة في الولايات المتحدة. إن الريتادكتومي وتقنية SMAS يصححان الحالات التي تساعد على مظهر الشيخوخة. إن سبب هذه الحالات:

- تدلي عضلات الوجه والرقبة.
- انخفاض إلى الأسفل عند تغيير مكان سمنة الوجه.
- جلد رخو ومتدلّ للوجه والرقبة.

إن شد الوجه ينعم ويحسن بشكل خاص:

- اللغد المتدلي الرخو الذي ينتج عن خط فك غير محدد مختف مع الرقبة.
- رقبة متدلية تظهر وكأنها ذقن مزدوج.
- ربطات عمودية أو أوتار تظهر في الرقبة (platysmal band).
- Nasolabial folds (المنحنى الذي يمتد من زوايا الأنف إلى الفم).
- خطوط الماريونيت وهي المنحنيات التي تمتد من الزاوية الخارجية للفم إلى الذقن.

مع أنه يمكن تحسين خطوط الماريونيت وnasolabial folds إلا أنها لن تختفي كلياً. قد يتطلب التحسين في الرقبة في بعض الحالات أيضاً إجراء البلاتيسمابلاستي وهي عملية ربط ربطات العضلات العمودية سوياً تحت الذقن.

إن عملية شد الوجه تستعيد مظهراً شبابياً أنعم وأرق للوجه. يجب أن تظهري بعد الجراحة مرتاحة وسعيدة على عكس ما كنت تبدين عليه قبل الجراحة من تعب وإرهاق. سوف تبدين بنسخة أصغر مما أنت عليه. يجب أن يكون جراحو شد الوجه جراحي تجميل وجراحي تجميل وجه معتمدين من قبل المجلس.

هل يغطيك التأمين؟

إن شد الوجه هي عملية تجميلية وليست مؤهلة للتعويض من قبل شـــركة التأمين. هنالك استثناءات كثيرة فإن حالـــة Bell's palsy (وهـــي حالـــة تتسـم بارتجاف أو خفقان الجسد) تخلق شللاً مما يتسبب بعدم تناسق كبير في الوجه. مع ذلك، وحتى في مثل هذه الحالات، فإن التغطية نـــادرة وتتطلـــب الموافقـــة المسبقة.

المرشحون الجيدون

إن المرشحين الجيدين لعملية شد الوجه هم الرجال والنساء الأصـــحاء الـــذين يرغبون باستعادة مظهر شبابي أكثر يعكـــس الحيويـــة التـــي يشـــعرون بهـــا. إن المرشحين الجيدين أيضاً هم الأشخاص الذين ليس لديهم أمراض مزمنة قد تعيـــق من عملية الشفاء أو تكون خطرة على الحياة. يجـــب أن يكـــون جـــراح التجميـــل الخاص بك على اتصال مباشر مع طبيب الصحة الخاص بك إذا كان لديك حالـــة صحية خطرة.

كيف تتم العملية؟

تبدأ الريتادكتومي بإحداث شقوق مستمرة على جهتي الوجه. تبدأ الشقوق عند الصدغ تماماً عند خط الشعر أو وراءه وتكمل نزولاً إلى المنحنى الطبيعي لـــلأذن وتبرم حول شحمة الأذن وتمتد صعوداً خلف الأذن وإلى الخلف إلى خط الشعر. إن الاختلاف في العمليات يعتمد على المناطق المحددة المرغوب معالجتها في حالتـــك وما يفضله جراحك. ويستطيع الجراح عبر هذه الشقوق:

- رفع الجلد كحاشية.
- تغيير وضعية أنسجة الوجه الناعمة وشدها أو تعليقهـــا فـــي جراحـــة SMAS (تسوية عميقة و/أو تسوية أعمق فوق العظم).
- إعادة توزيع الأنسجة في مناطق معينة في الوجه وإزالتها أو تطعيمها.
- تصحيح الربطات العمودية أو أوتار الرقبة.
- إزالة تجاعيد الجلد بإزالة الزائد منها.





الرسم 13. شد الوجه (الريتادكتومي). إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج الفردية. مقدم بإذن من الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ®. كل الحقوق محفوظة. تعلمي أكثر على الموقع *www.plasticsurgery.org*.

إن نتائج مكونات عملية شد الوجه هذه هي الترميم لاستعادة شكل شبابي للأنسجة الناعمة الداخلية للوجه والرقبة وأيضاً شد الجلد بإزالة الزائد منه. يجب أيضاً معالجة خط الشعر لإعادته إلى مكانه الطبيعي. إن الشقوق قد تختلف حسب كمية الجلد الذي تمت إزالته واتجاه شد الجلد وما يفضله جراحك. يمكن إجراء شقوق إضافية حول السبلتين الخديتين sideburns وعند خط الشعر وراء الأذن لتقريب الشعر من الأذن.

يتم عند ذلك إغلاق الشقوق بواسطة القطب ويمكن استعمال الكبسات في فروة الرأس. يمكن استعمال أنابيب التصفية أو الصمغ الداخلي. قد يستدعي الأمر إجراء شقوق إضافية تحت الذقن مباشرة لمعالجة حالات الرقبة وإزالة ترسبات الدهن الزائد من الرقبة. كما يمكن استعمال تقنيات شفط الدهون أيضاً للتخفيف من الدهن في الرقبة واللغد وبعض مناطق الوجه.

لتحقيق التناسق في الوجه، الذي شرحناه في القسم 9، يمكن دمج عملية شد الوجه مع علاج تمليس عميق و/أو بلاستيمابلاستي ورفع للحاجبين وجراحة لجفني العينين سوياً. إن استعمال غرسات الوجه لتغيير بنية الوجه هو أمر جيد أيضاً مع عملية شد الوجه. وحسب حالة الوجه والرقبة لديك عند وقت الاستشارة فإنه ينصح بالعمليات المدمجة للحصول على توازن بين أقسام وجهك. إن الانسجام في الوجه

مهم جداً إذا أردت الحصول على مظهر طبيعي بعد الجراحة. عندما يستمع جراحك إلى أهدافك عليه أن يأخذ في عين الاعتبار تحقيق التناغم في الوجه في أي مسار علاج يختاره.

ما عليك توقعه

تنفذ عملية شد الوجه عادة تحت تأثير التخدير العام أو التخدير الموضعي مع مسكنات في عيادة خارجية عند الطبيب أو في مرفق جراحي نقال أو في المستشفى وهذا يعتمد على طول العملية وحالتك الصحية. ينصح بالبقاء ليلة واحدة في المستشفى أو في مركز للإنعاش بعد الجراحة.

عند الانتهاء من الجراحة، سوف يتم لف رأسك بضمادات، قد يستعمل بعض الجراحين ضمادات مطاطية أو ربطات ضاغطة خاصة. سوف تشعرين بألم وبعض التخدير في الوجه. قد يوضع أنبوب مرن صغير في مكان الشقوق لتصفية السائل الزائد الذي قد يتجمع. سوف تكونين متورمة وعليك كدمات. إن كل هذه الحالات يجب أن تكون متوقعة ويمكن التحكم بالانزعاج بواسطة تناول الأدوية أو استعمال الكمادات الباردة الطرية والمرنة.

إذا تم تنفيذ العملية في عيادة خارجية يجب أن يبقى معك كي يعتني بك صديق راشد أو فرد من العائلة أو ممرضة خلال 24 ساعة التي تلي العملية. قد تشعرين بالانزعاج عند فتح الفم أو التكلم أو الأكل. ينصح باتباع حمية سوائل لعدة أيام. عليك عدم الانحناء إلى الأسفل أو خفض الرأس لأي سبب. كذلك يجب أن تكوني في وضعية مرتفعة خلال النوم أو الاستلقاء. إن هذا ضروري جداً لتخفيف الورم أو النزيف وتصريف السوائل الزائدة. يمكن معاودة مزاولة النشاطات اليومية الطبيعية حالما تشعرين بأنك جاهزة لكن سوف تمضين على الأغلب الأيام الأولى بالقراءة ومشاهدة التلفاز.

سوف تبدأ حالتك بالتحسن بسرعة خلال أسبوع أو أسبوعين وسوف تزال القطب وسوف تزاولين نشاطك اليومي الطبيعي بصورة أكبر. عليك تغطية الكدمات بواسطة مستحضرات التجميل طالما يوافق جراح التجميل الخاص بك على ذلك. سوف تحتاجين إلى مدة أسبوعين أو ثلاثة للظهور إلى العلن.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن جراحة شد الوجه عملية آمنة ذات نتائج جيدة عند تنفيذها بشكل صحيح من قبل جراحي تجميل مدربين جيداً. إن المخاطر التي تترافق مع الريتادكتومي تشمل النزيف تحت الجلد وعدم التناسق (حيث لا تبدو الجهتين متماثلتين) وفقدان الشعر عند مكان الشقوق وسماكة الندوب. سوف تشعرين بتخدير في الأشهر الأولى في الخدود وهذا لا يعتبر من المضاعفات. نادراً ما يحدث تلف للعصب يتسبب بضعف قسم من الوجه يستمر لعدة أشهر أو قد يكون دائماً. قد تحتاجين إلى تصحيحات طفيفة لتحقيق أهدافك عند ارتخاء الجلد. هنالك أيضاً المخاطر التي ترافق التخدير.

مسؤولياتك

إن التدخين يعيق كثيراً عملية الشفاء وفرصة الحصول على نتائج جيدة. على المدخنين التوقف عن التدخين لعدة أسابيع قبل الجراحة وخلال فترة الإنعاش الكاملة. بالإضافة إلى ذلك فإن اتباع كل تعليمات طبيبك هو أمر أساسي لتحسين فرصك في الحصول على أفضل النتائج.

أهدافك

قد يستغرق زوال التورم والكدمات وعودة الجلد إلى حالته الطبيعية من أربعة إلى ستة أسابيع. قد ترغبين خلال هذا الوقت باختيار تسريحة شعر جديدة تغطي المنطقة أمام الأذنين خلال الفترة التي تستمر فيها الندوب بالتحسن. إن هذه الندوب تكون دائمة لكن نادراً ما تكون مرئية بعد مرور عدة أشهر إذا وضعت في مكان صحيح.

إن الوقاية من الشمس ضرورية جداً وليس فقط خلال المراحل الأولى من الشفاء بل لمدى الحياة. إن التعرض للأشعة فوق البنفسجية عامل أساسي يساهم في انحلال الأنسجة المطاطية التي تساهم في شيخوخة الوجه. سوف يستمر وجهك بالتقدم في السن والشيخوخة بشكل طبيعي لكنك ستكملين هذه المرحلة من نقطة بداية أصغر.

عملية الشد

إن التقنيات المستعملة اليوم في عمليات شد الوجه يجب أن لا ينتج عنها

حسب الجمعية الأميركية لجراحي التجميل فقد تم في العام 2003 إجراء حوالي 129.000 عملية شد وجه.

مظهر مشدود وغير طبيعي كما كان يحدث مع عمليات شد الوجه السابقة. إن النتائج هذه الأيام هي ترميم طبيعي لنفسك الأكثر شباباً. إن عملية شد الوجه قد ترفع من معنوياتك وثقتك بنفسك. أن يبدو الشخص شاباً وحيوياً كما يشعر سوف يرضي النساء والرجال سوياً. قد لا يلاحظ الآخرون ما هو سبب شبابك وقد يعتقدون أنك أمضيت إجازة مريحة أو أن مزين الشعر قد صنع العجائب.

يقوم بعض جراحي التجميل باستخدام المعالجة التجميلية بواسطة البوتوكس قبل القيام بعملية شد الوجه وذلك بهدف إراحة أربطة عضلات العنق مما يحسّن نتيجة العملية.

73. ماذا لو لم أرغب بشد كامل للوجه أو لم أحتج إليه؟

إن أول ابتكار في عمليات تجديد الشباب الجراحية الذي غيّر حقيقة عمليات شد الوجه هو تقنية SMAS التي ابتكرت في السبعينيات (انظري السؤال 72) وتطورت هذه التقنية عبر السنين لتصبح التقنية القياسية في شد الوجه. أما الابتكار التالي في جراحة شد الوجه فقد تم تقديمه في أوائل التسعينيات وأصبح مؤخراً فقط الاتجاه السائد. إن رواد جراحة التجميل قدموا أشكالاً من شد الوجه أقل اجتياحاً من غيرها وخصوصاً للوجوه التي يظهر عليها علامات الشيخوخة في مناطق محددة فقط وليس بالضرورة في كل الوجه.

في هذه الأيام هنالك العديد من التقنيات والأسماء لأشكال أقل توسعاً وحدوداً في شد الوجه. إن "شد منتصف الوجه" هو المصطلح الرائج المستعمل لشرح العملية المحدودة التي تعالج منطقة الخد. أما العمليات الأخرى فتعرف "بذيل الفرس المحبب" لأن الشقوق لا تجرى في عملية شد الوجه الكامل. على أي حال أنه من الأنسب أن نسمي أياً من هذه العمليات بشد وجه ذات شقوق محدودة. إن المصطلح S-lift (الاسم مشتق من شكل الشق S الذي يجرى في خط الشعر تحت الصدغ) هو اسم آخر يستعمل لعملية شد وجه ذات شقوق محدودة، وكذلك المصطلح إندوسكوبي يستعمل لعملية شد الوجه بمساعدة تقنية التجويف. ومع أن منطقة

منتصف الوجه هي المنطقة التي تتم معالجتها، فإن بعض العمليات تصحح فقط اللغد بينما يصحح غيرها الرقبة فقط.

إن هذه العمليات ليست بديلاً لعملية شد كل الوجه. ومع أنها قد تبدو أقل خطورة من عملية شد الوجه فهي عمليات جراحية تستطيع تغيير هيكل الوجه. لا تتأثري بالدعايات التي تتحدث عن عمليات شد وجه "من دون شقوق" أو أنه يمكن إجراؤها "خلال فترة الغداء". إنها عمليات جراحية تتطلب شقوقاً وتخديراً ووقتاً للإنعاش ولها أيضاً مضاعفات كامنة مثل كل العمليات الجراحية. أيضاً قد لا تدوم نتائجها لوقت طويل وقد يصعب إجراء عملية شد للوجه بعدها.

إن عمليات شد الوجه ذات "الشقوق المحدودة" هي أيضاً عمليات شد وجه محدودة. إن المرشحين الجيدين لهذه العمليات المحدودة هم الأفراد الأصغر سناً حيث تنحصر علامات الشيخوخة عندهم في منتصف الوجه أو اللغد. إن الدهن الزائد عند هؤلاء المرضى لا يكون المشكلة. قد تكون ملامح الشيخوخة المزعجة:

- مجرى دمع كبير جداً (تجويف تحت العين).
- تسطيح الخدود أو هبوط إلى الأسفل في الأنسجة الناعمة التحتية.
- ثنايا أنفية واضحة (الثنايا التي تكون من الأنف إلى الفم).
- خطوط ماريونيت مبكرة (من الزاوية الخارجية للفم إلى الذقن).

تجرى العديد من تقنيات شد الوجه الكامل في أسلوب محدود لتحسين هذه الحالات، وتجرى عادة بشقوق أصغر وفي بعض الحالات بمساعدة تقنيات التجويف (استعمال المجهر الجراحي). إن عمليات شد الوجه المحدودة هي عمليات مخصصة جداً حسب هيكل جسمك وخبرة جراحك والطريقة التي يفضلها.

تستعمل العمليات أنواعاً مختلفة من أشكال الشقوق في شد الوجه و/أو قد تشمل شقوقاً في الجفن السفلي للعين أو في أعلى داخل الشفة العليا. يستطيع جراحك من خلال هذه الشقوق معالجة الحالة التي سبق وحددها خلال جلسات الاستشارة. اقرئي كل المعلومات حول شد الوجه بدقة فما سوف تمرين به قد يكون مماثلاً لعملية شد وجه كامل أو قد تكون فترة شفائك أقصر. إن ما ستمرين به يعتمد على التقنيات المستعملة والمناطق التي ستعالج ودرجة التصحيح.

وفي وقت إن عملية شد الوجه بشقوق محدودة ليست بالعملية غير الرائجة فهي ما زالت جديدة نسبياً في مجال جراحة التجميل. يتم استعمال تقنيات مختلفة جداً وقد تكون في أغلب الأحيان توسعية. لذلك، يجب فقط استشارة جراح التجميل المعتمد من قبل المجلس أو جراح تجميل للوجه خبير في هذه التقنيات وعمليات شد الوجه الكامل.

هل يغطيك التأمين؟

إن عملية شد الوجه بشقوق محدودة أو بتقنية التجويف هي عملية تجميلية بحتة وليست مؤهلة للتعويض من قبل شركات التأمين.

ما تحتاجين إلى معرفته

عليك معرفة المخاطر والمضاعفات الممكنة لعملية شد الوجه الكامل لأن *كلها* تنطبق على التقنيات المحدودة أيضاً. قد تبدين في بادئ الأمر أن وجهك مشدوداً أكثر من اللازم وقد يستغرق ظهور النتائج الحقيقية ستة أشهر أو أكثر. خلال تقدمك في السن، قد تبقى هذه المناطق مرتفعة بينما تتدلى المناطق الأخرى من الوجه والرقبة. قد تحتاجين عند ذلك عملية شد وجه كامل لتحقيق الانسجام في الوجه.

أهدافك

إذا كانت أهدافك تصحيح نواحي معينة من شيخوخة الوجه أو تأخير الحاجة لإجراء عملية شد كامل للوجه، فإن التقنيات المحدودة قد تكون مناسبة لك. إن نتائج عملية شد الوجه باستعمال تقنيات شقوق محدودة هي نتائج دائمة لكن سوف يستمر وجهك بالتقدم في السن. اعتبري أن هذه العمليات هي خطوة متوسطة لتأخير الحاجة إلى عملية شد وجه كامل ولاستعادة مظهر شبابي بتصحيح علامات الشيخوخة عند ظهورها.

لا يوجد معلومات حول تقنيات شد الوجه بالشقوق المحدودة لوحدها لكن الرواج الذي اكتسبته هذه التقنيات يعود إلى مجلة "فوغ" التي قامت في العام 2003 بنشر ثلاثة مقالات حول الموضوع مع تغطية إعلامية في المجلات والجرائد والتلفاز.

74. كيف يمكن تصحيح الذقن المزدوجة أو الرقبة المتدلية؟

تضمنت المقالة التي نشرت في العام 2003 في مجلة "فوغ" الأميركية النسائية تصريحاً بأن رقبة المرأة تختفي عند سن الأربعين. ومع أن هذا التصريح هو أمر مبالغ فيه، لكن الأمر الصحيح هو أن الأنسجة تبدأ بالسقوط مما يحجب الحدود بين اللغد والرقبة.

إن أفضل علاج للرقبة الشائخة هو شد كامل للوجه وجراحة SMAS مع أو من دون بلاستيسمابلاستي. طرق العلاج الأخرى تشمل:

- درجات مختلفة من شد الوجه بشقوق محدودة لتصحيح الجلد المتدلي قليلاً وتغيير مكان الدهن في الرقبة أو إزالته.
- البلاستيسمابلاستي لوحدها لتصحيح الأوتار العمودية في الرقبة.
- شفط الدهون لوحده لإزالة الدهن الزائد المترسب تحت الذقن لتحسين محيط شكل الرقبة.

ينصح بهذه العمليات في أغلب الأحيان للمرضى الأصغر سناً حيث يكون الجلد الزائد قليلاً وليس العامل الأول في المظهر الشائخ للرقبة. تعرف هذه العمليات بعمليات "شد الرقبة" لكن شد الرقبة في الواقع هو جزء من شد الوجه.

أهدافك، خططك

إذا كان هدفك من جراحة التجميل تحسين المظهر الشائخ في الرقبة فإن خطتك يجب أن تشمل استشارة جراح تجميل أو جراح تجميل للوجه معتمد من قبل المجلس. إن التوصيات للعمليات أو التقنيات لتحقيق الأهداف يجب أن تحدد فقط بعد فحص الحالة التي ترغبين في تحسينها وفحصك بشكل تحليلي. اقرئي الأسئلة حول شد الوجه وشفط الدهون للحصول على المعلومات المعينة حول كيفية ارتباط هذه العمليات "بشد" الرقبة. عندما يكون شفط الدهون لوحده العملية الكافية لتحقيق أهدافك، فإن طبيب الجلد المعتمد من قبل المجلس مع تدريب إضافي كجراح جلد ومع خبرة في شفط الدهون قد يكون الجراح المؤهل المناسب.

إن تحسن الرقبة لوحده قد يحدث تغييراً رائعاً في المظهر. قد ترغبين بارتداء قبة واقفة ضيقة لأن رقبتك لن تتدلى بعد الآن فوق القبة. وبشكل معاكس، إذا قمت بتصحيح الأوتار الظاهرة في الرقبة، فلن تحتاجي بعد الآن إلى إخفائها تحت القبة الضيقة أو الشالات. لكن نتائج أي عملية لتصحيح علامات الشيخوخة في الرقبة هي نتائج غير دائمة وذلك لأنك ستستمرين بالتقدم في السن لكن الآن ابتداء من نقطة أصغر سناً.

ملاحظة: قد ينصح بعلاج البوتوكس مع البلاستيسمابلاستي لترخية عضلات أوتار الرقبة العمودية في الرقبة قبل التصحيح بالجراحة أو بعدها للمحافظة على نتائج شد الرقبة.

75. هل سيبدو واضحاً أنني أجريت جراحة تجميلية لأبدو أصغر سناً؟

قبل مجيء عمليات الشد SMAS وشد الحواجب بالشقوق المحدودة، كانت عمليات شد الوجه الجراحية تنفذ بشد جلد الوجه إلى الخلف ثم إزالة الجلد الزائد. إن هذه الطريقة تبين بوضوح كبير أنه قد تم العمل جراحياً على الوجه. وحتى مع تقنيات SMAS ورفع الحواجب بالشقوق المحدودة فإن الطرق القديمة في عمليات تجديد الشباب كانت تصحح الحالات التي تساهم في مظهر شائخ بطريقة زائدة عن اللزوم، وقد كان الاعتقاد أن التصحيح الزائد يطيل من عمر نتائج عملية تجديد الشباب.

على أي حال إن التصحيح الزائد لم يعد رائجاً أو أن معظم جراحي التجميل لم يعودوا يمارسونه حالياً. أصبح اليوم التقدم الجراحي في الجراحة التجميلية والتقنيات الدقيقة في عمليات تجديد الشباب تستجيب إلى احتياجات الأفراد الذين يرغبون بنتائج طبيعية وليس بمظهر تبدو عليه الجراحة. إن هذا لا يشمل التنعيم فقط لتحقيق الشد بل أيضاً "الملء" كبديل عن الحجم المفقود من الوجه عبر استعمال الدهن أو الأنسجة المطعمة أو بتغيير مكان الدهن والعضلات. إن الهدف من عمليات جراحة الوجه لتجديد الشباب ليس وجهاً متقلصاً ويصبح مشدوداً ومشدوداً أكثر بعد كل عملية، بل ليبدو الوجه نسخة

عن وجهك لكن أصغر سناً ووجه ناعم وممتلئ وله تعابير طبيعية ومظهر طبيعي.

أكثر من ذلك إن عمليات تجديد الشباب لا تتطلب تصحيحاً زائداً أو شداً "إضافياً" للنتائج التي تدوم عشرات السنين، ففي الواقع، وخلال تقدمك في السن، فإن علامات الشيخوخة ستكون مرئية بشكل أسرع على وجه تم تصحيح جلده بشكل زائد.

76. هل يوجد بدائل لتجديد شباب الوجه جراحياً؟

هنالك عدد من البدائل لتجديد شباب الوجه جراحياً. لكن العلاجات غير الجراحية لا تحقق النتائج نفسها التي تحققها العمليات الجراحية المشروحة في هذا القسم. إن علاجات تجديد الشباب غير الجراحية وعلاجات الجلد قد تؤخر الحاجة إلى العلاج الجراحي وتكميل تجديد الشباب الجراحي أو إطالة عمر نتائج بعض العمليات الجراحية. تشمل هذه العلاجات علاج البوتوكس لتقليص التجاعيد وتشكيل الوجه والحشوات المحقونة وإعادة تمليس الجلد. يركز القسم التالي على فئات العلاجات ودورها في جراحة التجميل على الرغم من عدم اعتبارها عمليات جراحية.

77. هل هنالك اعتبارات خاصة بالنسبة للرجال؟

يعتبر الرجال حالياً الأقلية ضمن المرضى الذين يخضعون لعمليات تجديد الشباب الجراحية، لكن عددهم يتجاوز 1.2 مليون مريض تجميل (بما فيه العمليات التوسعية وغير التوسعية) كما أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل في العام 2003. هنالك اعتبارات قليلة جداً بالنسبة للرجال خصوصاً تلك التي تتعلق بالفرق في نماذج شعر الرجل.

إن الاعتبار الأول في جراحة شد الوجه هو أن شعر الوجه قد ينمو في الوندة (الهنية الناشزة في مقدم الأذن) أو وراء الأذن بعد الجراحة. قد يختار الرجل الخضوع إلى إزالة الشعر بواسطة الليزر بعد الجراحة أو أن يستعد لحلاقة تلك المناطق عند الحاجة.

أما الاعتبار الثاني فهو يترافق مع عمليتي شد الوجه ورفع الحواجب وهو ظهور الندوب في خطوط الشعر المتراجعة وضآلة الشعر، أو في فروة رأس صلعاء. إن تقنيات الشقوق المحدودة (مثل شد الحواجب التجويفي مقابل تقنيات الشق التاجي) تقلل من كمية الندوب المرئية في المكان المناسب. لكن يجب أن لا تمنعك الندوب عن التفكير بإجراء عمليات تجديد الشباب حتى ولو كنت أصلعاً أو قابلاً للصلع. بل على العكس، عليك اتخاذ القرار بعد استشارة جراح تجميل له خبرة في تجديد شباب الوجه ولديه خبرة إضافية في معالجة المرضى الرجال على الأخص.

القسم الحادي عشر

الجراحة التجميلية، بدون جراحة: الإجراءات التوسعية الدنيا

ما هي الإجراءات التوسعية الدنيا؟

ما هو البوتوكس، الحشوات، التقشير الكيميائي وإجراءات كشط الجلد؟

ما هي علاجات الليزر والموجات الإشعاعية في الجراحة التجميلية؟

ما هي درجة أمان الإجراءات التوسعية الدنيا؟

وأكثر...

لقد ازداد طلب المستهلك كثيراً على العلاجات غير الجراحية والأقل توسعاً التي تحسن من المظهر أو تؤخر علامات الشيخوخة وهنالك ثلاث فئات من هذه العلاجات الأقل توسعاً وهي: علاجات الحقن وغرسات الأنسجة الناعمة (تدعى أيضاً الحشوات) وتمليس الجلد. إن الإجراءات في هذه الفئات تنعم أو تحسن علامات الشيخوخة أو الوراثة لكن ليس في مثل مفعول أو نتائج العمليات التوسعية الجراحية.

78. ما هي الإجراءات التوسعية الدنيا؟

إن الإجراءات التوسعية الدنيا هي العلاجات التي تتعامل مع الجلد والأنسجة التحتية دون تدخل جراحي أساسي. إن رواج هذه الإجراءات ينمو بسرعة في الولايات المتحدة. وعلى الرغم من أن مجال هذه الإجراءات ما زال ضئيلاً إلا أن هذه الإجراءات تجعل التحسن في المظهر مرئياً بوضوح. إنها تمنح رضاً كاملاً للمريض ولا تحتاج إلى وقت للشفاء أو يطول الانزعاج منها وكلفتها أقل بالمقارنة مع جراحة التجميل التقليدية. لكن هنالك شيئين عليك تفهمهما:

- إن النتائج تختلف عن النتائج التي تتحقق بواسطة العمليات الجراحية.
- ومع أنها غير جراحية في معظم الحالات إلا أنها عمليات طبية تحمل الخطر الكامن.

إن الإجراءات التوسعية الدنيا تقع تحت ثلاث فئات محددة:

- علاجات الحقن التي تغير وظيفة الأنسجة الناعمة وهي علاج البوتوكس لتمليس تجاعيد وثنايا الوجه.
- تكبير الأنسجة الناعمة بواسطة مواد إما محقونة أو موضوعة بواسطة تقنيات جراحية محدودة (بما فيها الأنسجة الصيدلية أو أنسجتك الخاصة).
- تقنيات تنعيم الجلد بما فيها التنعيم الميكانيكي والتنعيم الكيميائي وإجراءات الليزر أو الضوئية.

تستعمل ائتلافات متعددة من هذه العلاجات دائماً لتكملة أو تعزيز نتائج بعضها بعضاً. يمكن تنفيذ الإجراءات المتعددة على مراحل (تنفذ ضمن سلسلة من العلاجات) أو قد تنفذ في الوقت نفسه.

إن أكثر الائتلافات رواجاً للإجراءات التوسعية الأدنى هي حقنة البوتوكس (لترخية العضلة التي تتسبب بتجاعيد مزعجة) مع حقن حشوة أنسجة ناعمة (لتمليس وتنعيم مظهر المنطقة أكثر). مثلاً، إذا تم حقن البوتوكس لترخية العضلة العمودية التي تتسبب بثنايا بين الحاجبين، فيمكن حقن حشوة أنسجة ناعمة في تلك الثنايا في زيارة العيادة نفسها لتعزيز النتيجة. تشير الأبحاث إلى أن استعمال الاثنين سوياً يعزز من نتائج هذين العلاجين وقد تدوم النتائج لمدة أطول من تنفيذ كل علاج على حدة.

قد تخضعين أيضاً لإجراءات تمليس ضئيلة مثل التقشير الكيميائي أو الاستئصال الميكروي للجلد مباشرة قبل حقنات البوتوكس أو الحشوة. لكن قد لا ترغبين بالخضوع إلى أي علاج قد يضغط على الجلد أو يتلاعب به بعد أخذ حقن البوتوكس أو الحشوة. بالإضافة إلى أنه يمكن استعمال أي علاج توسعي أدنى لتعزيز نتائج العمليات الجراحية التوسعية.

هنالك خيارات عديدة في الإجراءات التوسعية الدنيا. إن العلاجات المشروحة في هذا القسم هي الممارسات المقبولة الرائجة في جراحة التجميل، أما العقاقير والأجهزة فهي موافق عليها من قبل إدارة التغذية والأدوية الأميركية FDA. لكن البعض من هذه العقاقير والأجهزة لم تتم مراجعتها من قبل الإدارة FDA. بالإضافة إلى ذلك، إذا وافقت الإدارة FDA على علاج معين فهذا لا يعني أنك ستحصلين على النتائج نفسها المعلن عنها في الدراسات العيادية.

إن هدف نجاح هذه الإجراءات هو بمعظمه نتيجة عمل الجراحين المؤهلين في تقديم العلاج مباشرة لذلك، عليك التأكد دائماً من مؤهلات ورخصة الجراح أو الخبير الطبي الذي يقدم العلاج.

79. من الذي يجب أن أختاره لتنفيذ الإجراءات التوسعية الدنيا؟

إن القانون الوحيد في معظم الولايات يفرض تنفيذ الإجراءات التوسعية الدنيا في مرفق طبي مرخص ومن قبل خبير طبي مجاز. لكن لا تفرض كل الولايات تنفيذ هذه الإجراءات في مرفق طبي مرخص أو يكون الخبير الطبي الذي يقدم العلاج طبيباً. عليك فقط اختيار جراح تجميل أو جراح تجميل وجه معتمد من قبل

المجلس أو طبيب جلد يتمتع بخبرة خصوصاً في الإجراء الذي ترغبين في تنفيذه. إن طبيب العيون هو أيضاً الشخص المناسب لتنفيذ علاج البوتوكس حول العينين.

يمكن في بعض الأحيان تنفيذ العلاج من قبل شخص لا يكون طبيباً. تأكدي دائماً من التكلم مع الطبيب الذي يعالجك قبل تنفيذ العلاج وبأن الشخص الذي ينفذ العلاج هو خبير طبي مجاز تحت إشراف طبيب مرخص ومؤهل.

80. كيف يمكنني توقيف التجاعيد أو تنعيمها؟

إن البوتوكس هو اسم نوع دواء مصنوع من البروتين الطبيعي من النوع بوتولينوم توكسين. أما البوتوكس كوزماتيك فهو الاسم المستعمل للأهداف التجميلية.

تمت صناعة البوتوكس ووافقت عليه الإدارة FDA في العام 1989 لمعالجة التقلصات العضلية القوية أو اختلاج العينين اللاإرادي (البليفاروسبازم) والعينين غير المتساويتين (سترابيسموس). تمت الموافقة على البوتوكس في العام 2000 لمعالجة اضطراب عصبي يدعى (كيرفيكال ديستونيا) يتسبب بتقلصات قوية في الرقبة والكتف. ونتيجة لعلاج البليفاروسبازم تم اكتشاف الفوائد التجميلية للبوتوكس. وافقت الإدارة FDA في العام 2002 على البوتوكس كوزماتيك للفوائد التجميلية التي وجدت عند حقنه في منطقة مفرق الحاجبين وهي المنطقة التي تنشأ فيها خطوط التجاعيد عند أعلى جسر الأنف بين الحاجبين. يستعمل اليوم البوتوكس بأمان للتقليل من "رجل الغراب" وتجاعيد الحاجب الأفقية والأوتار العمودية في الرقبة. يستعمل بعض الأشخاص البوتوكس لتحسين شكل منتصف الوجه والمنطقة من الأنف إلى الزوايا الخارجية للفم. كما يوجد هنالك نوع آخر من البوتولينوم توكسين تم تسويقه في الولايات المتحدة ولكن لأسباب تتعلق بالفعالية والنتائج توقف تسويقه. وحتى تاريخ كتابة هذا الكتاب (2004) فإن البوتوكس هو العلاج الوحيد في الولايات المتحدة الموافق عليه من قبل الإدارة FDA (هنالك مادة تدعى ديسبورت وهي بانتظار موافقة الإدارة FDA).

يقوم البوتوكس تحديداً:

- بتنعيم المنحنيات والثنايا في الوجه التي تظهر عند القيام ببعض تعابير الوجه.

- باستعادة التوازن في حالات عدم التناسق في الوجه بسبب حركة عضلية غير متساوية أو كسل في الوجه.

يستعمل البوتوكس بشكل أنسب من قبل جراحي التجميل أو جراحي تجميل الوجه أو أطباء جلد معتمدين من قبل المجلس وفي بعض الحالات من قبل جراحي تجميل العيون. على أي حال عند اختيار الشخص المناسب فالعضوية في المجلس ليست هي الأمر الوحيد المهم، إن الأمر المهم أيضاً أن يكون الشخص:

- لديه إثبات عن تدريب رسمي على علاج البوتوكس كوزماتيك إما من شركة أليرغان إنك (الشركة التي تصنع البوتوكس) أو من جمعية طبية مؤهلة كما ذكرنا في اللائحة في القسم 2 من هذا الكتاب.
- أن يقوم بفحص هيكل الوجه والعضلات بالكامل قبل تحديد مكان وكمية حقن البوتوكس.
- أن يصرح بالكامل عن المعلومات حول البوتوكس ويحصل على موافقة مكتوبة منك.
- أن يكون قد حصل على التاريخ الطبي بما فيه تاريخ الاضطرابات العصبية والحساسية.

إن حقن البوتوكس هو إجراء آمن جداً إذا أتى من بين يدين مدربتين. يجب الانتباه إلى رسائل التسويق حول العلاجات الرخيصة والحسومات المقدمة. قد تحصلين في بعض الأوقات على البوتوكس لكن قد يكون تركيزه مخففاً جداً ولن يعطي النتائج الجيدة أو قد يتسرب إلى مناطق أخرى مما يتسبب بضعف في العضلة في المكان الخاطئ.

هل يغطيك التأمين؟

لا يتم التعويض على كلفة البوتوكس من قبل شركات التأمين عند استعماله في تجديد شباب الوجه.

المرشحون الجيدون

إن المرشحين الجيدين لعلاج البوتوكس في تجديد شباب الوجه هم الراشدون الأصحاء الذين تكون عضلاتهم جيدة وجلدهم يتمتع بمطاطية وليس عندهم

اضطرابات عصبية. يمكن للمرضى الأصغر سناً الاستفادة من علاج البوتوكس بمنع تكون المنحنيات والتجاعيد العميقة في الثلث الأعلى من الوجه. إن هؤلاء المرضى الذين يكون لديهم هذه المنحنيات سوف يرون تحسيناً ملحوظاً ومظهراً أنعم في تلك المنطقة. إن البوتوكس لا يعالج التجاعيد المرئية على سطح البشرة، إنه يرخي العضلات التحتية التي تشكل هذه الثنايا عبر الحركات المتكررة. لذلك، إذا فقد الجلد الفوقي مطاطيته، فإن الشد الجراحي قد يكون اختياراً أفضل لك.

كيف تتم العملية؟

يمكن تنفيذ البوتوكس في غرفة الفحص الخاصة بالجراح المؤهل. تستعمل إبرة دقيقة لحقن البوتوكس وبذلك لن تدعو الحاجة إلى استعمال التثليج لكن يمكن تقديمه لراحة بعض الأفراد. سوف يتم تنظيف المناطق التي ستحقن بواسطة الكحول على الأرجح. سوف يطلب منك جراحك إظهار بعض التعابير في الوجه ثم يقوم هو بوضع علامات على الجلد في الأماكن الممكن أن يتم حقنها. وحسب المنطقة التي ستعالج فقد تتلقين حقناً قليلة أو كثيرة في منطقة معينة لتحقيق النتائج التي ترغبين بها. لا يتم حقن البوتوكس لوحده، يتم تخفيفه في كميات قليلة جداً من المحلول المالح. عليك عدم فرك المنطقة التي تم حقنها أو عدم الانحناء إلى الأمام في الساعات الأولى بعد العلاج حتى لا ينتشر البوتوكس إلى العضلات الأخرى. يمكنك لاحقاً معاودة كل نشاطاتك الطبيعية. عليك أن تعلمي أنك سوف تتورمين قليلاً ولن تستطيعي رؤية تغييرات واضحة إلا بعد عدة أيام بعد الحقن.

ما عليك توقعه

يقوم البوتوكس باعتراض سبيل الأسيتيلكولين وهي مادة كيميائية تفرز من خلايا العصب لتسهيل تقلص العضل. يسري مفعول البوتوكس بعد 5 إلى 14 يوماً ويرخي العضلات التي تمت معالجتها. عند ترخية أعصاب تلك العضلات، تضعف الحركات التي تتسبب بالمنحنيات التي نعالجها.

إن هيكل أجسامنا يختلف عن الآخرين وقد لا يحصل بعض الأشخاص على النتيجة المطلوبة بعد أول دورة علاج مع البوتوكس. تأكدي من إبلاغ منفذ علاجك بأن العلاج الأول لم يعطك النتائج المرغوب فيها فقد تحتاجين إلى تعديل كمية البوتوكس وتعديل العلاج.

ينصح بالانتظار مدة ثلاثة أشهر على الأقل بين دورات علاج البوتوكس لأنك إذا أكثرت من استعمال البوتوكس فسوف يقوم جسمك بتوليد أجسام مضادة تبطل مفعول البوتوكس في المستقبل. إن البوتوكس ليس بالعلاج الدائم وقد يستمر من أربعة إلى ستة أشهر في معظم المرضى وتقول الإدارة FDA أنه يستمر مدة 120 يوماً. إذا لم يتكرر العلاج، تقل النتائج ويعود مظهرك إلى حالته الأصلية.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن مخاطر البوتوكس قليلة ونادرة عند حقنه بالطريقة الصحيحة. قد يشعر بعض الأشخاص بصداع خفيف وقد يشعر غيرهم بعوارض أنفلونزا خفيفة في الأيام الأولى التي تلي أول علاج لكنهما حالتان غير رائجتين. ممكن أيضاً حدوث عدم تناسق في الوجه أو تدلي جفن العين وحتى ضعف في النظر. إن هذه المضاعفات تكون مؤقتة ولا تحصل عند تلقي العلاج من قبل منفذ علاج ماهر. هنالك دائماً خطر الالتهاب في مكان الشق لكن هذا أمر نادر الحصول أيضاً. إن عدم القدرة على البلع هي حالة نادرة وخطرة عند الحقن في الرقبة وقد تتطلب تدخلاً جراحياً.

مسؤولياتك

إن اتباع كل التعليمات بعد العلاج هو أمر أساسي. عليك أيضاً المتابعة مع منفذ علاجك إذا لم تبدو النتائج بشكل جيد أو كما هو متوقع أو إذا واجهت أي تأثيرات جانبية غير مرغوب فيها.

نتائجك

إن البوتوكس يقدم تحسينات ملحوظة جداً بالنسبة لعلاج محدود يستغرق دقائق قليلة فقط وهو مفيد في تحسين وإطالة نتائج العديد من العمليات الجراحية مثل شد الرقبة ورفع الحاجب. عندما تستمرين بعلاج البوتوكس قد تجدين أن الفترة بين العلاجات أصبحت أطول. ولأن البوتوكس يختفي كلياً من الجسم مع الوقت، وإذا لم تحبي النتائج لسبب من الأسباب، فتأكدي أنها ستزول لأن نتائج البوتوكس ستختفي تدريجياً.

81. هل علاج البوتوكس آمن حقيقة؟

لنعتبر أن الشخص العادي يأخذ حوالي 30 إلى 40 وحدة بوتوكس مخفف بالمحلول المالح في منطقة الجبهة ومفرق الحاجبين. إن المرضى الذين يعالجون طبياً من حالات مثل التقلصات العنقية والحلقية والديستونيا (وهي تقلصات لاإرادية في الرقبة والكتفين والحنجرة والأطراف) والتقلصات التي تلي السكتة الدماغية والتصلب المتعدد وأذية الدماغ أو العمود الفقري يتلقون جرعات تزيد في العديد من الحالات عن 10 أضعاف الجرعات التجميلية للبوتوكس. إن هذه الجرعات ليست مؤذية أو مسممة لهؤلاء المرضى بل هي ضرورية للحصول على النتيجة المطلوبة من العلاج.

إن حدود التسمم بالبوتوكس هو أكثر من 1000 وحدة في الجرعة الواحدة. إن معظم الأطباء لا يملكون هذه الكمية من البوتوكس في عياداتهم في وقت واحد.

إن البوتوكس آمن جداً عند تنفيذه من قبل الشخص المؤهل. لقد تمت معالجة ما يزيد عن 2.5 مليون شخص خلال السنة الأولى التي تلت موافقة الإدارة FDA (كما أبلغت شركة تصنيع البوتوكس أليرغان إنك). لم تصدر الإدارة FDA في منشوراتها Medwatch أية معلومات تشير إلى أن العلاج الصحيح قد يهدد صحة المريض. إن النقطة الأساسية هنا هي العلاج الصحيح الذي يتطلب، كما أشرنا أعلاه:

- تنفيذ العلاج من قبل جراحي تجميل أو جراحي تجميل وجه أو أطباء جلد أو جراحي تجميل عيون معتمدين من قبل المجلس مدربين جيداً ولديهم خبرة في تلك المناطق التي ترغبين بمعالجتها.
- تحليل كامل أولي لهيكل الوجه وحركات العضلات.
- مناقشة أية حالات طبية قد تدل أن طريقة علاج البوتوكس خاطئة.
- القيام بالإجراءات المناسبة للموافقة المبلّغة بما فيه مناقشة النتائج الثانوية المحتملة.

82. أين يمكن أو يجب استعمال البوتوكس؟

وافقت الإدارة FDA في العام 2002 على استعمال البوتوكس في منطقة مفرق الحاجبين وخطوط العبوس بين الحاجبين ولم تراجع المعطيات حول مناطق

الوجه الأخرى. على أي حال فإن المناطق الأخرى التي يمكن حقنها بشكل آمن (ومن المناسب التفكير بها) تشمل:

- الجبين بأكمله لمعالجة التجاعيد الأفقية (مع أنها ليست مباشرة فوق الحواجب الجانبية).
- المنطقة خارج العيون لتمليس المنحنيات ذات الزوايا التي تعرف بـ "رجل الغراب".

يستعمل أيضاً بعض جراحي التجميل البوتوكس لتمليس:

- الأوتار العضلية العمودية في الرقبة.
- المنطقة التي تشمل الخطوط من الأنف إلى الزوايا الخارجية للفم.

لا يعتبر هذان العلاجان من الممارسات الرائجة. لقد تم استعمال البوتوكس أيضاً لمعالجة حالة تدعى الهايبرهيدروسيس وهي (التعرق الزائد) وقد استعمل أيضاً "لتشكيل الوجه" الذي يحسن عدم التناسق بسبب الشلل الوجهي. يمكن حقن البوتوكس في الجفن العلوي أو السفلي لتقليل التشنج لكن ليس لأسباب تجميلية. اسألي منفذ العلاج الخاص بك حول خبرته في معالجة أي من هذه الحالات بشكل خاص.

المكان الفعلي

يجب الانتباه إلى المكان الذي سينفذ فيه العلاج. عندما تم تقديم علاج البوتوكس في السابق، كان يتم حقنه في المرضى خلال "حفلات بوتوكس". أعلنت شركة ألليرغان إنك المصنع للبوتوكس كوزماتيك في تصريح في العام 2002 "أنه يجب استعمال البوتوكس كوزماتيك في بيئة طبية مناسبة، الأمر الذي يعتبر مناسباً من قبل خبراء الصحة المختصين".

بالإضافة إلى ذلك، فإن الجمعيات الطبية لمنفذي علاج البوتوكس صرحوا عن عدم موافقتهم على تنفيذ علاج البوتوكس في أمكنة مثل "حفلات البوتوكس". وقد صرحت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل في أبريل من العام 2002 وبشكل خاص أن "استهلاك الكحول قبل أو خلال أو بعد الإجراء الطبي قد يؤثر في قرار المريض والنتائج. يجب أن يتخذ قرار الإجراء الطبي دون تأثير الكحول أو ضغوطات الأصدقاء".

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحة الجلد في تقريرها للعام 2003 أنه قد تمت معالجة حوالي 500.000 مريض بالبوتوكس من قبل أعضائها في العام 2003.

أبلغت جميع الجمعيات المهنية لمقدمي علاج البوتوكس عن زيادات ثابتة في ارتفاع علاج البوتوكس منذ موافقة الإدارة FDA على العلاج وتتراوح النسبة بين 30% إلى 50%. وأن البوتوكس أيضاً هو الإجراء الرائد غير الجراحي التجميلي بين كل هذه المجموعات.

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل في العام 2003 أن جراحيها أجروا 2.9 مليون علاج بوتوكس كوزماتيك. وقد تضمنت حقنات البوتوكس 42% من كل عمليات التجميل الجراحية وكان من بينها 12% من الرجال.

وقد نصحت الجمعية ASPS في نفس التصريح بأن على كل من يرغب بإجراء علاج البوتوكس التأكد أولاً من مؤهلات الشخص الذي ينفذ العلاج وأن يحصل على تقييم جيد لحالته وأن يحصل على كل المعلومات اللازمة وأن يختار المكان المناسب.

83. كيف يمكنني تمليس المنحنيات والتجاعيد أو تعزيز اكتناز وجهي؟

تستعمل حشوات الأنسجة الناعمة لملء أو تنعيم البشرة غير الناعمة أو لإنشاء أو تصحيح الحجم الموجود تحت الأنسجة الناعمة. إن الحشوات هي تقنياً غرسات أو أنسجة مطعمة تستعمل لتحسن أو لتعدل الأنسجة الناعمة في الوجه في أكثر الأحيان. وتشمل هذه التنوعات:

- الحشوات الصيدلية المحقونة.
- الحشوات الصيدلية المغروسة.
- أنسجتك الخاصة (دهن أو باطن الجلد الذي تحت البشرة أو لفافة) محقون أو مغروس.

تستعمل حشوات الأنسجة الناعمة عامة:

- لملء الخطوط والتجاعيد والمنحنيات العميقة في الجلد.
- لاستعادة أو ملء الأنسجة الناعمة تحت الجلد.
- تكبير الشفاه.
- تحسين شكل الندوب العميقة أو المقعرة.

يمكن استعمالها لوحدها أو مع إجراءات توسعية أدنى أخرى أو لتحسين نتائج العمليات الجراحية أكثر.

إن الحشوات الصيدلية هي تقنياً أجهزة أو غرسات طبية وليست عقاقير. إن معظم حشوات الأنسجة الناعمة لا تكون دائمة فنتيجة العلاج تزول مع الوقت. ومع ذلك هنالك بعض الحشوات التي تعتبر نصف دائمة أو دائمة. ما يجب عليك أن تأخذيه بعين الاعتبار أن الوجه يتعرض إلى تغيير دائم نتيجة التقدم في السن وتغيير الوزن. ومع أن فكرة الحشوات الدائمة قد تبدو مغرية فقد لا تكون مرغوبة أو مناسبة للمدى الطويل. عليك تقييم كل الخيارات التي تقدمها الأنسجة الناعمة مع الشخص المنفذ للعلاج جيداً. على منفذ العلاج الخاص بك أخذ الوقت اللازم لمراجعة التالي معك بتمعن:

- هيكل الوجه والتحسين الذي ترغبين به.
- خياراتك في الحشوات المناسبة والحلول البديلة الممكنة لمعالجة الأمور التي ترغبين بتحسينها.
- كل النتائج المباشرة المعلومة للحشوة المعينة التي تفكرين باستعمالها بما فيه المضاعفات والمخاطر الممكنة.
- الوثوق من تفهمك لما سوف تخضعين له والحصول على موافقتك بواسطة إجراءات الموافقة المبلّغة.

بالإضافة إلى ذلك، وإذا كنت ستستعملين الغرسات الصيدلية، تأكدي من وجود اسم النوع المستعمل على كل أوراق الموافقة المبلّغة.

إن معظم الحشوات الصيدلية المحقونة هي مثل البوتوكس تكون جاهزة للاستعمال وهنالك العديد من الأشخاص غير المؤهلين لتنفيذ العلاج. غالباً ما يقوم

هؤلاء الأشخاص بإغراء المستهلكين بالحسومات الهائلة ويتم في بعض الحالات تنفيذ العلاج باستعمال مواد مستوردة غير موافق عليها من قبل الإدارة FDA. لذلك من المهم:

- أن يكون الشخص المنفذ للعلاج قد مرّ بالتدريبات المناسبة ومعتمداً من قبل المجلس وأن يكون جراح تجميل أو جراح تجميل وجه أو طبيب جلد.
- قبول العلاج فقط باستعمال عقاقير محقونة ذات اسم معروف أو مادة للحشو توافق عليها الإدارة FDA الأميركية. قد تكون الموافقة خاصة لعلاجك المقرر. كما يمكنك أيضاً اختيار أن تكوني مريضة ضمن دراسة بحوث لدواء حقن تجميلي يخضع لموافقة الإدارة FDA.

الحشوات المحقونة والمغروسة تستعمل في أكثر الأوقات في الوجه، لكن يمكن استعمالها لتنعيم شكل ظهر اليد والندوب أو الإضرابات الجلدية في أي مكان في الجسم. على أي حال فإنها ليست مصممة كي تستعمل في مناطق كبيرة والنتائج حتى الآن أفضل على مناطق الوجه. إن النتائج التي قد تحصلين عليها في الوجه تختلف عن اليدين لأن الجلد عند ظهر الأيادي أرق وهو مرتخ أكثر من بشرة الوجه.

84. ما هي الحشوات الصيدلية المحقونة؟

إن حشوات الأنسجة الناعمة الصيدلية المحقونة موجودة منذ سنوات منذ تقديم مادة كولاجين بقري في الثمانينيات والموجودة اليوم تحت الاسم زايديرم وزايبلاست. أما النوع الجديد من حشوات الوجه فيقدم حسنتين إضافيتين عن الكولاجين البقري:

- إن بعض الحشوات تستخرج طبيعياً ولا تشكل خطر الحساسية مثل المواد المستخرجة من مصادر حيوانية.
- يعطي البعض نتائج تدوم مرتين أو أربعة مرات أكثر من الكولاجين.

إن أسماء ماركات هذه الحشوات: وحتى تاريخ كتابة هذا الكتاب، تشمل:

Restylane ريستيلين: موافق عليه من قبل الإدارة FDA في ديسمبر 2003

وهو حامض هيالورونيك ثابت غير حيواني (NASHA). إن حامض الهيالورونيك هو مركب موجود في جلد كل إنسان وموجود في العديد من المراهم المرطبة الموضعية. أما الاستعمالات الطبية الأخرى للمادة الصيدلية من حامض الهيالورونيك فتشمل الحقن لزيادة نسبة التزييت عند فقدان الغضروف.

يتم استخراج الريستيلين طبيعياً لذلك لا يطلب فحصاً مسبقاً للحساسية. تدوم نتائج حقنات الريستيلين من ستة أشهر حتى سنة في بعض المرضى. هنالك تركيبتان أخريان من الريستيلين وهما تشملان:

- Restylane Fine Lines: لملء الخطوط الدقيقة في الأنسجة الناعمة مثل تلك الموجودة حول الفم و"رجل الغراب" (زاوية العين الخارجية).
- Perlane: تركيبة أسمك للمنحنيات العميقة والمناطق في الوجه التي تتحرك كثيراً مثل المنحنيات التي تبدأ عند الأنف ونزولاً إلى الفم.

Juvéderm جوفيديرم: اسم ماركة لتركيبة أخرى غير حيوانية ثابتة من حامض الهيالورونيك. تمّ تقديمه لموافقة الولايات المتحدة في أواخر العام 2003 ولم تتم الموافقة عليه حتى تاريخ كتابة هذا الكتاب.

Hylaform هيلافورم: تمت الموافقة عليه من قبل الإدارة FDA في أبريل العام 2004. إنه شكل متداخل بتقاطع خطين من حامض الهيالورونيك مشتق من عرف الديك. قد يتسبب بحساسية خصوصاً عند الأشخاص الذين لديهم حساسة ضد الطيور أو البيض، لكن لا يستدعي الأمر إجراء فحص مسبق للحساسية. يأتي الهيلافورم بتركيبتين ويدوم من أربعة إلى ستة أشهر وقد يدوم أكثر قليلاً في بعض الحالات.

Cosmoderm وCosmoplast كوزموديرم وكوزموبلاست: تركيبتان من الكولاجين مصدرهما بشري لا تتطلبان فحصاً مسبقاً للحساسية وتناسبان كل الحالات التي تتحسن بحشوات الأنسجة الناعمة المحقونة. لكن مدة النتائج لهاتين الحشوتين هي شهران أو ثلاثة فقط ويمتص بعدها الجسم كل الحشوة.

Radiance راديانس: نوع حشوة يتم استعمالها حتى تاريخ كتابة هذا الكتاب off-label basis. هذا يعني أنه تمت الموافقة عليها من قبل الإدارة FDA الأميركية لكن ليس للإجراءات التجميلية. إن الراديانس هو نوع من الهيدروكسي أبيتايت

وهي مادة توجد بشكل طبيعي في عظم الإنسان. يمكن حقنها في الأنسجة الناعمة العميقة مثل الثنايا بين الأنف والفم أو الخدود لملء المنحنيات العميقة أو زيادة الحجم. تم التصريح بأنها تدوم من ثلاث إلى خمس سنوات على بعض الأشخاص. وبما أنها ليست مادة سائلة، فليس لديها خطر التكتل – تبدأ الحبيبات الصغيرة في الراديانس بالتكتل سوياً عند تكرر الحركة في المنطقة التي حقنت. يمكن لمادة الراديانس أيضاً التنقل أو التحرك من المنطقة التي حقنت فيها نزولاً في الأنسجة الناعمة وتشكل نتوءا غير طبيعي تحت الجلد.

Sculptra سكالبترا: منحت المادة الموافقة المشروطة من قبل الإدارة FDA في أبريل العام 2004 وهي مادة تم تسويقها في أوروبا تحت الاسم New-Fill وتستعيد بشكل خاص الاكتناز الوجهي لمرضى السيدا HIV في حالة تدعى الليبوأتروفي (فقدان الدهن في الوجه يولد شكلاً نحيلاً وضعيفاً جداً). يمكن استعمال المادة سكالبترا على المرضى الأصحاء كحشوة وجه في off-label use. إن النوع سكالبترا مثل النوع راديانس والحشوات الدائمة الأخرى يحمل خطر التكتل وتشكل الحبيبات في الجلد. وسبب هذا يعود في الحقيقة إلى أن المادة تتألف من حبيبات من حامض البوليلاكتيك (PLLA) الذي يكون بشكل حبيبات تحت المجهر. عند حقنه في الطبقات الأعمق من الأنسجة الناعمة يتشكل الكولاجين بشكل طبيعي حول هذه الحبيبات مما يزيد امتلاء الأنسجة الناعمة. يطلب إجراء سلسلة من جلسات العلاجات على مراحل من عدة أسابيع إلى شهر أو أكثر لتحقيق النتائج المطلوبة مع الوقت وقد يختلف عدد الجلسات العلاجية المطلوبة. ومع أن الحشوة تعتبر نصف – دائمة، فقد يستدعي الأمر لمسات تصحيحية سنوية للمحافظة على النتائج التي تمّ تحقيقها.

Artecoll أو Artifill أرتيكول أو أرتيفيل: تركيبة من الكولاجين حيث يتم تعليق خرز السيلكون المجهري. تمّ التوصية للموافقة عليها من قبل لجنة استشارية في الإدارة FDA الأميركية في فبراير من العام 2003 لكن لم تتم الموافقة عليها حتى تاريخ كتابة هذا الكتاب. إن مبدأ العلاج بواسطة المادة أرتيكول هو أنه حالما يمتص الجسم مكون الحشوة من الكولاجين، يبدأ الكولاجين الموجود في الجسم بالتشكل حول خرز السليكون الذي يبقى في المنطقة المحقونة. وهذا يعني أن

الأرتيكول قد يعتبر حشوة دائمة تقريباً. على أي حال فإن المضاعفات نتيجة التكتل أو الانتقال لخرز السليكون جعلت من الأرتيكول مادة قابلة للنقاش وبذلك أصبحت حشوة تحت المراقبة المشددة.

هل يغطيك التأمين؟

إن تكبير الأنسجة الناعمة بواسطة المواد المحقونة هو إجراء تجميلي وغير قابل للتعويض من قبل شركات التأمين.

المرشحون الجيدون

إن المرشحين الجيدين لحشوات الأنسجة الناعمة هم الرجال والنساء الأصحاء من أي عمر من دون أمراض جلدية ناشطة ولديهم طبيعة جلد جيدة. على هؤلاء الأشخاص تقبل فكرة أن حشوات الأنسجة الناعمة تحسن جداً من امتلاء الجلد وتعطي مظهراً أنعم للجلد لكنها ليست بديلاً عن، ولا تعطي النتائج نفسها مثل جراحة الوجه لتجديد الشباب.

كيف تتم العملية؟

تنفذ حقنات حشوات الأنسجة الناعمة في عيادة جراح التجميل أو جراح تجميل الوجه أو طبيب الجلد. يتم تنظيف المنطقة التي سوف تحقن بواسطة الكحول. يمكن وضع مرهم موضعي مخدر وحقن مخدر موضعي لتخدير المنطقة التي سوف تحقن. إن هذا يعتمد على نوع الحشوة وعلى قدرة تحملك للألم. ويمكن لمنفذ الحقنات تحديد المنطقة التي سوف تحقن.

سيتم حقن مواقع متعددة لوضع مادة الحشوة في باطن الجلد الذي تحت البشرة وفي بعض الحالات في أماكن عميقة في الأنسجة الناعمة. وحسب نوع الحشوة المستعملة، يمكن ملء المنطقة بشكل كثيف في الأيام التي تلي العلاج مباشرة وذلك لأنه سوف يتم امتصاص السائل أو المخدر المضاف إلى بعض الحشوات وبذلك قد تتأثر النتائج.

ما عليك توقعه

عند الانتهاء من الحقن، قد تمنحين بعض الثلج للتخفيف من الانزعاج والتورم الممكن. قد تنزعجين من أماكن الحقن لكن لا يوجد هنالك ضعف جسدي حقيقي

يتطلب منعك من القيام بأي نشاط بعد العلاج. يجب اتباع تعليمات طبيبك فيما يختص بالضغط على المناطق التي تم حقن الحشوة فيها أو تدليكها.

إن مستحضرات التجميل تخفي عادة أي تورم أو احمرار أو كدمات تظهر لعدة أيام بعد الإجراء.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن مخاطر ومضاعفات الحشوات الصيدلية المحقونة تشمل تلك التي شرحناها سابقاً بالإضافة إلى التورم الموضعي والاحمرار والكدمات في أماكن الحقن. إن الالتهاب ممكن لكن نادراً ما يحصل. إذا تم استعمال تخدير موضعي فهنالك إمكانية ظهور ردة فعل تجاه هذه المواد المخدرة. بالإضافة إلى ذلك، قد لا تتناسب بعض مواد الحشوات مع البشرة الداكنة أو المرضى من أصل أفريقي - أميركي. إذا كنت مريضة ذات بشرة ملونة، تأكدي من استعمال طبيب للحشوة التي تناسب بشرتك.

التزاماتك

إن تحديد كل أنواع الحساسية المعروفة واتباع كل تعليمات الشخص المنفذ لعلاجك هو أمر أساسي لتحقيق نتائج جيدة من العلاج بالحشوات المحقونة.

أهدافك، الآن وفي المستقبل

إن حشوات الأنسجة الناعمة المحقونة توفر تغييراً جذرياً في المظهر أو تقوم ببساطة بتحديد وتنعيم ملامح الوجه. تختلف مدة استمرار النتائج حسب نوع الحشوات. حالما يتم امتصاص الحشوة بأكملها، يعود شكلك إلى مظهره السابق إذا اخترت عدم تكرار العلاج للمحافظة على النتائج. قد يزداد التدلي قليلاً حالما يتم امتصاص الحشوة كلياً وذلك فقط عند ملء بنية الوجه بحشوات أكثر من اللازم لفترات أطول وحيث يكون للجلد مطاطية ضعيفة.

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل في العام 2003 أن تكبير الأنسجة الناعمة بواسطة حقنات الكولاجين والريستيلين تجاوزت 521.000 إجراءً في مقابل 800.000 إجراءً في العام 2001. كما أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي الجلد عن 206.000 إجراءً في العام 2002 أما حقنات الراديانس فقد قاربت 62.000 في العام 2003.

يمكن التنبؤ بأنه في العام 2004، سوف يزيد عدد الإجراءات التي ستنفذ بحشوات الأنسجة الناعمة المحقونة بالقدر نفسه الذي زادت فيه الإجراءات بعد الموافقة على البوتوكس من قبل الإدارة FDA في العام 2002 أو أكثر. لماذا؟ مع أن الحشوات موجودة منذ مدة فإن الجيل الجديد من الحشوات يتفوق على الكولاجين بوفين: إنها تدوم لفترة أطول ولا تتسبب بالحساسية. يفضل الأشخاص تحسين مظهرهم دون الحاجة إلى فترة إنعاش طويلة أو ألم من الجراحة أو ثقب عميق في جيوبهم.

85. ما هي الحشوات المغروسة ذات التوسعات الدنيا؟

إن الحشوات الصيدلية المغروسة هي مواد طبية على شكل صفيحة أو أسطوانة أو قماش تعزز الأنسجة الناعمة. توضع الغرسات عبر شقوق صغيرة خلال جراحة "توسعية دنيا". تنفذ العمليات باستعمال مواد تخدير موضعية وتعطر أحياناً مع مسكن عبر الفم. تشمل الحشوات المغروسة الرائجة:

الغرسات القابلة للامتصاص: Dermaplant و Alloderm أللوديرم وديرمابلانت: وهي على شكل صفيحة من الكولاجين، وقالب متجانس من الأنسجة البشرية تؤخذ من الجثث. عندما تستعمل لتكبير الأنسجة الناعمة مثل الشفاه، يتم وضع الغرسة جراحياً عبر الشقوق وتكون ناعمة ومطواعة مثل أنسجة الشخص نفسه. بما أن هذه الأنسجة مستخرجة من مصادر بشرية، فإن خطر الحساسية غير موجود.

يتم امتصاص الأللوديرم والديرمابلانت ببطء أكثر من الحشوات المحقونة لكنها تفقد حجمها مع مرور الوقت. قد تدوم نتائج بعض المرضى لمدة ستة أشهر فقط بينما تدوم عند غيرهم مدة سنة أو أكثر.

هنالك أيضاً نوع من الأللوديرم قابل للحقن يدعى سيميترا والذي يحقن في الطبقة العميقة من الجلد أو تحت تلك الطبقة. يجب أن نذكر أن الحشوات المغروسة الموضوعة تحت الجلد تغير بنية الأنسجة الناعمة التحتية بينما الحشوات المحقونة تغير طبيعة الجلد نفسه.

الغرسات الدائمة (الجدائل): بوليتيترافلوروأيثايلين (ePTFE): وهي مادة

بوليستر اصطناعي تمّ تقديمها في التسعينيات من قبل جراحي التجميل لتكبير الأنسجة الناعمة بشكل دائم. إن الجدائل قابلة للطي مع أن تركيبتها مختلفة عن الأنسجة البشرية ولذلك قد يجدها بعض المرضى غريبة وقاسية عند غرسها.

إن الغرسة ePTFE هي دائمة ولا يمتصها الجسم. لكن مع التقدم في السن وفقدان حجم الوجه بشكل طبيعي، قد تظهر الجدائل على سطح الجلد. ومثل أي بنية غريبة مغروسة في الجسم فهنالك خطر تشكيل أنسجة قاسية غير منتظمة فوق الغرسة التي قد تتطلب إزالة أو استبدالاً.

هنالك أنواع مختلفة من الغرسة ePTFE. النوع الأول هو غورتكس Gortex (من شركة Gore) وهو أكثر الأنواع استعمالاً. هنالك أنواع أحدث (مثل أدفانتا Advanta) وهي أنعم تنفذ إليها السوائل بشكل أكثر. قد يحس الشخص بأنها طبيعية أكثر لكن إزالتها أصعب إذا حصلت مضاعفات. إن كل هذه الجدائل هي أسطوانية توضع من خلال شقوق طعنات صغيرة. إنها تختلف عن الغرسات الكبيرة البنيوية (مثل غرسات الذقن والخدود) التي تتطلب جراحة حقيقية لوضعها في المكان المناسب.

ما تحتاجين إلى معرفته

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل في العام 2003 عن إجراء ما يقارب 23.000 عملية تكبير شفاه بواسطة مواد غير المواد المحقونة.

إن كلفة وفترة إنعاش الحشوات الصيدلية المغروسة هي أكثر من الإجراءات التي تستعمل الحشوات الصيدلية المحقونة. مثلاً، فإن كلفة تكبير الشفة بواسطة مادة مغروسة قد تكون ثلاث أو أربع مرات أكثر من كلفة التكبير باستعمال الحشوة المحقونة. إن عملية وضع الغرسة قد ينتج عنها تورم وكدمات وإزعاج أكثر من الحقنات وتتطلب فترة إنعاش قد تصل إلى أسبوع. لكن الحشوات الدائمة القابلة للغرس قد تحول دون الحاجة إلى حقنات مستمرة متكررة. عليك مرة أخرى معرفة خياراتك وكيفية مسيرتك. إن العديد من الأشخاص يختارون الحقنات القصيرة الأمد أولاً لرؤية النتائج، ثم ينتقلون بعد ذلك إلى العلاجات الأكثر توسعاً والطويلة الأمد.

86. كيف يمكن استعمال دهني وأنسجتي الأخرى أنا كحشوات؟

يمكن استعمال أنسجتك كحشوات محقونة أو مغروسة وأكثر نوع رائج هو الدهن الذي يستعمل دائماً عند إزالته خلال عملية معينة ثم يوضع في مكان آخر يتطلب حشوة. تدعى هذه التقنية "تطعيم الدهن" وهي مساعدة كثيراً في عمليات تجديد شباب الوجه.

مثلاً، يمكن أن يكون الدهن تحت جفن العين السفلي منتفخاً في الجلد مما يتسبب بتشكيل أكياس زائدة، بينما تكون المنطقة التي تحتها مجوفة (تشوّه مجرى الدمع). إن إزالة ذلك الدهن قد يتسبب بحالة أسوأ وبوجود كيس رخو مغمور. عند إعادة توزيع ذلك الدهن بواسطة نسيج مطعّم أو حاشية (مع البقاء على اتصالها بمورد الدم لكن مع تغيير موقعها)، يمكن إنشاء محيط شكل شبابي ناعم.

يمكن في تطبيق آخر إزالة أنسجتك من مكان ما في الجسم (خلال شفط الدهون مثلاً) ثم استعمالها لتنعيم مناطق في الوجه أو أقسام أخرى من الجسم. يتم في هذه الحالة حقن الدهن وليس تطعيمه.

إن حقن الدهن المستمد من الشخص نفسه أو تحويل الدهن أو حقن الدهن الدقيق هي عبارات تستعمل لتعريف تكبير الأنسجة الناعمة المحقونة التي تستعمل دهن الشخص نفسه عوضاً عن الحشوات الصيدلية. يتم أخذ الدهن من البطن أو الأرداف أو الفخذين عبر تقنيات شفط الدهون. يتم استخراج الدهن بواسطة أنبوب رفيع أو إبرة كبيرة موصولة بحقنة. حالما تتم إزالة الدهن، تتم معالجة الدهن ثم يتم حقنه. يمكن أيضاً تجميد الدهن لاستعماله في المستقبل.

ما تحتاجين إلى معرفته

إن الفرق بين الحقن من دهنك أنت والحشوات الصيدلية يشمل:

- لا إمكانية لتفاعل شديد الحساسية لدهنك الشخصي لأنه استخرج من جسمك أنت.
- إن حقنات الدهن مزعجة أكثر لأن الدهن البشري يوجد فيه كمية أقل من السائل عن المواد الصيدلية ومدة التورم والكدمات تكون أطول بعد العلاج.
- بسبب الانزعاج الكثير هذا يجب استعمال المواد المخدرة.

- بسبب الامتصاص غير المنتظم والحاجة إلى استعمال المواد المخدرة المضافة، يجب ملء المناطق التي سوف تصحح أكثر من اللازم. إن كمية الدهن الذي سيعاد امتصاصه في الأشهر التالية لا يمكن أن تحدد مسبقاً. لذلك من الصعب التنبؤ بالنتائج عند استعمال الدهن البشري بينما يمكن ذلك مع الحشوات الصيدلية المحقونة الأخرى.
- معالجات متعددة يمكن أن تكون مطلوبة لتحقيق نتائج طويلة الأمد.

الأنسجة الناعمة المغروسة (الأنسجة المطعّمة)

يمكن تطعيم الأنسجة البشرية مثل الدهن أو باطن الجلد الموجود تحت البشرة أو اللفافة (fascia) لتكبير الأنسجة الناعمة. يمكن إزالة باطن الجلد أو الدهن من مكان بعيد أو قريب ثم غرسها في مناطق الوجه عند الحاجة. إن اللفافة هي طبقة من الأنسجة تتألف من الكولاجين الذي يغطي العضلات. إنها نسيج قوي وفيه أوعية دموية كثيرة يمكن استعماله لتنعيم العديد من المنحنيات أو المناطق الرفيعة من الجلد لتحسين محيط الشكل. يمكن استعمال الدهن أو باطن الجلد الموجود تحت البشرة أو اللفافة لملء التشوهات العميقة أو لتعزيز الاكتناز في ملامح الوجه أيضاً. يمكن تطعيم الأنسجة الناعمة كعملية منفردة أو يمكن إجراؤها مع جراحة تجديد شباب الوجه عندما تكون الأنسجة الموهوبة جاهزة.

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل عما يقارب 62.000 عملية حقن دهون في العام 2003. أما الجمعية الأميركية لجراحة التجميل فقد أبلغت عن تنفيذ 90.000 عملية في السنة نفسها وأبلغت الجمعية الأميركية لجراحة الجلد عن حوالي 22.000 عملية حقن دهن مستمد من الشخص نفسه في العام 2003.

87. ما هو تصحيح سطح الجلد؟

إن تصحيح سطح الجلد هو الفئة الثالثة من الإجراءات غير التوسعية. تزيل عمليات تصحيح سطح الجلد البشرة والبشرة الفوقية (الطبقات العليا) من الجلد. تستطيع أيضاً تغيير طبيعة الجلد المتبقي بتغيير مكونات باطن الجلد الموجود تحت البشرة. إن الجلد البشري يجدد نفسه بشكل منتظم بتساقط الطبقة العليا من الخلايا الميتة القرنية وترفع الخلايا الجديدة إلى سطح الجلد. وبينما أن عمليات تصحيح

سطح الجلد تجرى على جلد الوجه بشكل رائج، فمن الممكن تنفيذها في أي مكـــان في الجسم. على أي حال فإنه ليست كل الإجراءات مناسبة عند علاج الجلد الرقيق في الرقبة.

إن إجراءات تصحيح سطح الجلد تسرع من عملية تجديد الجلد وتقوم بعــض الإجراءات بتغيير ملمس الجلد أيضاً. هنالك درجات مختلفة من عــلاج تصــحيح سطح الجلد:

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحة الجلد عن ما يزيد عن 420،000 إجراء تصحيح سطح الجلد نفذها أعضاء الجمعية في العام 2003. أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل عن هذه الإجراءات بشكل منفرد.

1. تصحيح سطح الجلد الخفيف الذي ينعش مظهر الجلد ويحسن من صحة الجلد بتقشير الجلد. يتم في هذا العلاج إزالة الطبقة العليا من الخلايا الميتة والقاسية التي تسد المسامات وتمنع وصول الأوكسجين إلى الخلايا السليمة. يستطيع هذا العلاج أيضاً تنظيف المسامات المحتقنة الكبيرة والتي تشكل بثور حب الشباب والبثور والأكياس. وتشمل علاجات التقشير الخفيف التقشير الكيميائي الخفيف والتقشير الميكانيكي بواسطة كشط الجلد المحلي.
2. إن تصحيح سطح الجلد الأعمق يحفز تجديد الخلايا بشكل أسرع خصوصاً في الجلد الشائخ الذي لا يتجدد طبيعياً بشكل سريع. يمكن بواسطة هذا العلاج استئصال (إزالة الطبقات الخارجية من الجلد) وتغيير الكولاجين التحتي. تشمل الإجراءات تقشيراً كيميائياً أعمق وتصحيحاً ميكانيكياً لسطح الجلد مثل الاستئصال الجلدي أو dermaplaning وبعض الإجراءات بواسطة الليزر (مثل Erbium Yag وCO_2).
3. تشمل تقنيات تغيير الجلد إجراءات تستعمل الموجات الضوئية والصوتية. تستعمل هذه التقنيات لتغيير الكولاجين وتغيير ملمس الجلد. لا تتأثر الطبقة الخارجية (البشرة) هنا وبذلك لا تتطلب الحالة فترة إنعاش. لكن النتائج لن تكون جذرية بقدر نتائج تقنيات تصحيح السطح العميقة.

88. ما التقشير الكيميائي؟

إن التقشير الكيميائي هو علاج يستعمل المواد الكيميائية الموضعية على الجلد

لتصحيح سطح الجلد بدرجات مختلفة. يشمل التقشير الأقل توسعاً تقشيراً باستعمال حامض الغليكول أو حامض الألفا هايدروكسي بكثافات مختلفة. إن مواد التقشير التي يكون أساسها بيتا هايدروكسي أو تريتينيون (أو فيتامين أ) ومادة التقشير جيسنير هي مواد لتقشير أعمق. إن مواد التقشير الأكثر توسعاً والتي يجب أن تنفذ من قبل جراحي تجميل أو جراحي تجميل وجه أو أطباء جلد معتمدين من قبل المجلس فقط تحتوي على حامض الفينول والتيركلوروواسيتيك أو التقشير TCA.

إن مواد التقشير غير التوسعية تقوم بتقشير الجلد لإنعاش وتنعيم الجلد دون إحداث جروح. تتحسن نوعية الجلد وخطوطه الدقيقة بعد العلاجات المتكررة. إن التقشير غير التوسعي ينفذ بشكل عام من قبل خبير تجميل مرخص (شخص يقدم عناية غير طبية للجلد في مؤسسة صحية أو تجميلية) أو ممرضة مدربة خصيصاً في مكتب طبيب معتمد من قبل المجلس. (إن تقشير الجلد الذي يقدم في مكان غير طبي يكون عادة مشرّعاً من قبل الولاية ويكون تركيزه أخف كثيراً) إن هذه الأنواع من التقشير هي تجميلية بحتة ولا تعوّض عنها شركات التأمين.

المرشحون الجيدون

إن التقشير غير التوسعي يفيد تقريباً كل أنواع الجلد. لكن نوع التقشير المناسب لك وعدد العلاجات يختلفان جداً. يجب أن يعتمد العلاج على ما تفضلينه وعلى حالة الجلد ولونه وعلى أهدافك. على أي شخص يفكر بالخضوع لأي نوع من التقشير أن يستشير الشخص المناسب المؤهل المدرب لتقييم حالة الجلد أولاً ثم مناقشة خيارات العلاج.

كيف يتم؟

ينفذ التقشير غير التوسعي أو التقشير الخفيف في غرفة فحص الطبيب أو مكان متاخم لعلاج الجلد. يتم أولاً تنظيف الجلد ثم يوضع محلول التقشير. تشمل أنواع التقشير غير التوسعي الرائجة:

- تركيبات الألفا هايدروكسي غليكول التي تتراوح بين 30% وتصل إلى 70%.
- تقشير البيتا هايدروكسي والتي تقاس بالمستوى من 1 إلى 3 (المستوى 3 هو أقوى معدل تقشير).

- تقشير التريتينيون الذي يتراوح بين 3% إلى 8%.

تكون بعض مواد التقشير ذاتية neutralizing أما الأنواع الأخرى فتكون neutralized (أو تنظف) من الجلد خلال دقائق قليلة بعد العلاج.

في العديد من الحالات، تكون نتائج التقشير مباشرة. بشرة أنظف وأكثر نضارة وصحةً. في الحالات الأخرى، سيستغرق التقشير بضعة أيام حتى تظهر علامات التجدد على بشرتك.

ما عليك معرفته؟

هناك أنواع تقشير غير توسعية مناسبة لكل أنواع وألوان البشرة تقريباً.

إن السر الأساسي للحصول على نتائج جيدة هو أولاً التحليل الدقيق من قبل الشخص الخبير المدرب، ومثل أي عملية تجميل جراحية يجب أن تطلعي جيداً على كل المعلومات والحصول على الموافقة المبلّغة. مثلاً، لا يجب على المرأة الحامل أو التي ترضع أطفالها الخضوع للتقشير باستعمال محلول أساسه الترنينيون أو الفيتامين أ. أيضاً، وعلى الرغم من أن التقشير هو آمن بين اليدين المدربتين جيداً فإن هنالك دائماً إمكانية تفاعل الجلد بطريقة معاكسة. لذلك من الأفضل دائماً اختيار المرفق الذي يتواجد فيه طبيب خلال كل أوقات العلاج.

التزاماتك

ينصح بالوقاية المتقنة من أشعة الشمس لعدة أيام بعد التقشير لأن الجلد المتجدد المنتعش يكون أكثر عرضة للتضرر من الشمس.

أهدافك

إن التقشير غير التوسعي لا يعطي تغييرات جذرية مباشرة في الجلد. سوف يعطي جلداً ناعماً ومنتعشاً لكن مع الوقت، ومع الإجراءات المتكررة، سوف ترين تغييرات ملحوظة في نعومة الخطوط الدقيقة وتصحيح التلوين الخاطئ ونوعية جلد أفضل.

تم تطوير التقشير غير التوسعي أولاً واستعمل من قبل جراحي التجميل وأطباء الجلد لتحسين مظهر التجاعيد وحب الشباب والندوب الأخرى على سطح

الجلد. استعمل تقشير الفينول منذ الثمانينيات، لكنه نادراً ما يستعمل اليوم. على الرغم من أن الفينول يحدث تقشيراً نافذاً وعميقاً جداً فإنه يقوم بإزالة لون الجلد نهائياً ويترك علامات مرئية في الأمكنة التي وضع عليها.

تمّ تقديم تقشير حامض التريكلورأسيتيك (TCA) في الوقت نفسه تقريباً مع تقشير الفينول. إن التقشير TCA ما زال يستعمل من قبل جراحي التجميل وأطباء الجلد. إنه يخفف كثيراً تجاعيد الجلد السطحية وحب الشباب والندوب الأخرى. يستعمل التقشير TCA في بعض الحالات لمعالجة اضطرابات لون الجلد التي تشمل النمش وبقع الكلف وضرر أشعة الشمس. يمكن استعمال التقشير TCA لمعالجة تضرر الجلد المحتمل أن تصبح سرطانية وهذه الحالات هي مؤهلة لتعويض شركة التأمين لكن تطلب الموافقة المسبقة دائماً.

المرشحون الجيدون

إن مرشحي التقشير TCA يجب أن يكونوا أشخاصاً أصحاء ليس لديهم أمراض قلبية حادة أو أمراض قد تعيق الشفاء. أيضاً وعلى الأشخاص الذين عندهم مرض جلدي ناشط في المناطق التي ستعالج التحكم بهذه الحالة قبل العلاج. إن الأشخاص من ذوي اللون الداكن قد لا يكونون من المرشحين الجيدين للتقشير التوسعي.

كيف يتم التقشير؟

يجب تنفيذ التقشير TCA فقط من قبل جراح تجميل أو جراح تجميل وجه أو طبيب جلد معتمد من قبل المجلس مدرب خصيصاً على علاجات تصحيح سطح الجلد كيميائياً. يمكن إجراء العلاج في مكتب الطبيب الخاص بك. يتم أولاً تنظيف الجلد ثم يوضع محلول التقشير بتركيز يتراوح بين 10% إلى 30%. سوف تتم مراقبتك بعناية خلال اختراق محلول التقشير إلى العمق المطلوب. سوف يصبح الجلد أبيض أو "يتجمد" خلال تغلغل المادة لترفع سطح الجلد. حالما تصبح مادة التقشير محايدة، يتم وضع مرهم وربما ضمادات لتغطية الجلد الأحمر جداً والمسلوخ. وحسب قوة التقشير فقد ينتفخ الوجه وتحسين بحك جلدي قوي لعدة أيام بعد التقشير. إن النوم برأس مرتفع يخفف من الورم الذي تعانين منه.

ما عليك توقعه

سوف يستغرق شفاء الجلد مبدئياً من 5 إلى 10 أيام. قد تتطلب أنواع التقشير الأقوى فترات شفاء أطول. سوف تمنحين على الأغلب خلال فترة الشفاء مرهماً خاصاً لترطيب الجلد ويجب عدم الضغط بسماعة الهاتف على الوجه أو النوم على الوجه أو لمس الوجه إلاّ عند اللزوم. يجب أن تزول خلال أسبوعين أو ثلاثة كل القشور والجرب scabs عن الجلد.

يعود جلدك خلال ستة إلى ثمانية أسابيع إلى شكله الطبيعي بمظهر أكثر تحسناً وأنعم وبطبيعة أفضل. من الضروري وقاية الجلد من أشعة الشمس.

ما تحتاجين إلى معرفته

قد تحصل ندوب عند بعض المرضى وقد يتغيّر لون الجلد عند الآخرين أو قد يفقد الجلد لونه بعد تقشير توسعي.

التزاماتك

إن اتباع كل تعليمات التنظيف والعناية بالجلد في الأيام والأسابيع التي تلي التقشير هو أمر ضروري للحصول على نتائج جيدة. عليك الاستمرار بالوقاية من الشمس لمدة سنة على الأقل بعد التقشير. إن الوقاية الجيدة من الشمس عمل يجدر اتباعه.

ماذا سترين؟

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل عن تنفيذ أكثر من 995.000 تقشير كيميائي من قبل مكاتب جراحي تجميل أعضاء الجمعية ASPS في العام 2003.

إن نتائج التقشير التوسعي تحسن جذرياً من مظهر الخطوط السطحية الدقيقة للجلد واضطرابات الجلد بما فيها اللون والندوب. لكن التجاعيد الأعمق والندوب وحالات تغيير اللون الخاطئ مثل حالة الميلازما قد تتحسّن قليلاً فقط. إن الجلد سوف يشيخ دائماً وإذا لم تجهدي في وقايته من أشعة الشمس فسوف تظهر علامات الضرر من الشمس على الجلد.

89. ما هو كشط الجلد؟

إن كشط الجلد هو تصحيح ميكانيكي لسطح الجلد الذي قد يكون، مثل التقشير الكيميائي، غير توسعي وخفيفاً أو قد يكون توسعياً ويزيل كلياً السطح الخارجي للجلد. إن النوع غير التوسعي الأكثر رواجاً هو كشط الجلد المحلي (الميكروي) أما الأنواع الأكثر توسعاً فهي الاستئصال الجلدي (dermaplaning) وكشط الجلد المحلي (الميكروي).

كشط الجلد المحلي

إن كشط الجلد المحلي هو عامة طريقة ميكانيكية غير توسعية لتصحيح سطح الجلد. يتم سكب بلورات أو جزيئات صغيرة على الجلد ويتم امتصاصها مباشرة لرفع الطبقة العليا من خلايا الجلد وإزالة احتقان المسامات المسدودة. إن كمية انسياب البلورات ومعدل الامتصاص يتغيران ويمكن أن يتراوحا من خفيف جداً لأنواع الجلد الحساس إلى قوي جداً لأنواع الجلد القادرة على تحمل العلاج. يستعمل الكشط المحلي للتقشير العميق للطبقات العليا من باطن الجلد الذي تحت البشرة. والنتيجة تكون:

- جلد أوضح وأفتح.
- نوع جلد متساوٍ أكثر.
- تحسين لون البشرة بعد العلاجات المتكررة.
- تنعيم الخطوط الدقيقة بعد العلاجات المتكررة.

يسرِّع كشط الجلد المحلي تجديد خلايا الجلد التي تمنح مع الوقت والعلاج المتكرر جلد مكتنز شبابي.

يجب تنفيذ كشط الجلد المحلي من قبل ممرضة أو خبير تجميل مرخص مدرب خصيصاً على هذا العلاج تحت إشراف جراح تجميل أو جراح تجميل وجه أو طبيب جلد معتمد من قبل المجلس. تباع معدات كشط الجلد المحلي لغير الأطباء في معظم الولايات لكنها ليست مراقبة من القانون بالمقارنة مع المعدات المتوفرة في عيادة الطبيب المختص بالعناية بالجلد أو في مكتب الطبيب.

هل يغطيك التأمين؟

عندما يصف طبيب الجلد علاج كشط الجلد المحلي لمعالجة حب الشباب فإن العلاج قد يكون مغطى من قبل شركة التأمين. الموافقة المسبقة مطلوبة.

المرشحون الجيدون

إن الأشخاص الأصحاء من سن المراهقة إلى سن البلوغ والذين ليس لديهم حساسية جلد زائدة هم مرشحون جيدون لإجراء كشط الجلد المحلي. أما الأشخاص داكنو اللون فعليهم الانتباه من إمكانية وجود مشاكل لون والتي قد تزداد سوءاً في بعض الحالات.

كيف يتم الكشط؟

قبل كشط الجلد المحلي يتم تنظيف الجلد بالكحول أو بسائل خاص للتأكد من خلوه من أي زيوت. يبدأ العمل على كل منطقة في الوجه لوحدها ويضع الشخص المنفذ عصا زجاجية على الوجه ويحركها إلى الأمام والخلف بحركة ثابتة ومنتظمة. تكون العصا موصولة بأنبوب تنساب عبره البلورات على الوجه. ترتخي هذه البلورات وتقشر خلايا سطح الجلد. يزيل الامتصاص المتزامن البلورات ويزيل خلايا الجلد الميتة والمواد الأخرى التي تسد المسامات.

حالما ينتهي العلاج، يتم تنظيف البلورات الإضافية من الجلد ويتم وضع المواد المرطبة المناسبة.

ما عليك توقعه

قد ترين احمراراً طفيفاً لعدة ساعات أو أيام بعد كشط الجلد المحلي. من الضروري جداً استعمال مراهم الوقاية من الشمس في كل الأوقات لأن الجلد يكون أكثر عرضة للتضرر من أشعة الشمس وحروق الشمس. يمكن أيضاً ملاحظة التحسن في نقاوة الجلد واحتقان المسامات مباشرة. بعد مرور عدة أيام سوف يكون الجلد نقياً ومنتعشاً وأكثر حيوية.

المخاطر والمضاعفات

عند تنفيذ العلاج من قبل الشخص المؤهل المدرب في جو طبي، يكون علاج كشط الجلد المحلي علاجاً آمناً جداً. قد ينتج عن كشط الجلد المحلي إثارة جلدية،

وفي بعض الحالات، كشط خفيف لسطح الجلد والذي يجب أن يعالج خلال أيام قليلة من العلاج. إذا تركت عصا كشط الجلد المحلي ثابتة على أي مكان في الوجه، قد تتسبب بوجود آفة حمراء صغيرة أو تورم. إن بعض الأشخاص الذين عندهم داء الربو قد يكونون حساسين تجاه انسياب البلورات وقد يجدون بعض الصعوبات في التنفس خلال العلاج أو بعده مباشرة. إذا لم تتبع إجراءات النظافة الصحيحة (مثل إعادة تدوير البلورات أو لم يتم تعقيم العصا) فقد تتواجد إمكانية حدوث الالتهابات الجلدية.

التزاماتك

ينصح بالوقاية المتقنة من أشعة الشمس لعدة أيام بعد التقشير لأن الجلد المتجدد يكون أكثر عرضة للتضرر من أشعة الشمس. عليك أيضاً أن تكوني صريحة مع الشخص المنفذ لعلاجك وإبلاغه بكل الحالات الطبية وأي انزعاج قد تشعرين به خلال العلاج. إن اتباع التعليمات أو جدول العلاج الذي يوصي به جراح التجميل أو طبيب الجلد الخاص بك هو ضروري لتحقيق أهدافك.

ما الذي سوف ترينه وتشعرين به؟

يقوم كشط الجلد المحلي بتقشير وإزالة احتقان الجلد مباشرة. تكون الإفادة قصوى وفعالة عند تنفيذ الإجراء على مراحل أو دورات بتنفيذ عدة إجراءات خلال فترات محددة. حالما يتحقق التحسن المطلوب، فإن العلاجات المنتظمة تحافظ على النتائج وتجدد الجلد. إن كشط الجلد المحلي يحفز نمو الكولاجين في باطن الجلد الذي تحت البشرة ويزيد إنتاج الكولاجين الطبيعي. إن هذا يحسن من نوعية الجلد ومن نقاوته.

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل عن تنفيذ 936.000 إجراء كشط جلد محلي في مكاتب أفرادها في العام 2003.

كشط الجلد والاستئصال الجلدي

إن كشط واستئصال الجلد هما الجيل الأول من إجراءات تصحيح سطح الجلد. إن هذين العلاجين فعّالان جداً في تحسين مظهر سطح الجلد الذي يكون فيه ندوب من حب الشباب أو تجاعيد دقيقة و/أو اضطرابات مرئية أخرى في الجلد.

إن كشط الجلد يستعمل منقاباً يمسك آلياً وهو ذو ذرات ألماس يبرم على سطح الجلد ويصقله. يتطلب العلاج تخديراً موضعياً ومسكناً في العديد من الحالات. يحدث هذا العلاج جروحاً بأعماق مختلفة تتطلب عناية بعد العلاج كي تندمل بشكل صحيح.

أما استئصال الجلد dermaplaning فهو يصحح سطح الجلد بواسطة شفرة جراحية دوارة تدعى الديرماتون أو بواسطة مشرط جراحي يمسك باليد. تكشط الشفرة الطبقات العليا للبشرة. يتطلب استئصال الجلد أيضاً تخديراً موضعياً وتعطى المسكنات في معظم الحالات لإراحة المريض.

خلال مسار الشفاء من علاج كشط الجلد أو من استئصال الجلد سوف تمنعين عن ممارسة نشاطاتك. عليك الوقاية جداً من أشعة الشمس والاعتناء جداً بالجلد. إن نجاح النتائج يتطلب اتباع كل تعليمات العناية بالجرح. يمكن أن ينتج عن كلا العلاجين ندوب أو تغيير لون غير منتظم. إن الفحص الدقيق لنوع الجلد وحالته والصحة عامة هو أمر مهم للحصول على نتائج ناجحة. أيضاً وبسبب الجروح الكبيرة التي يتسبب فيها علاج كشط الجلد واستئصاله فإن الالتهاب ممكن ويجب مراقبتك جيداً لتحاشي أي مضاعفات قد ينتج عنها تشوّه في الجلد.



الرسم 14. كشط الجلد. إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج الفردية. مقدم بإذن من الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ®. كل الحقوق محفوظة. تعلمي أكثر على الموقع *.www.plasticsurgery.org*

يجب تنفيذ كشط الجلد أو استئصال الجلد فقط من قبل جراح تجميل أو جراح تجميل وجه أو طبيب جلد معتمد من قبل المجلس ولديه الخبرة في هذه الإجراءات وفي الأنواع الأخرى من علاجات تصحيح سطح الجلد. يجب خلال استشارتك مناقشة العلاجات البديلة والنتائج الممكنة والمضاعفات.

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل عن تنفيذ 28.000 إجراء كشط جلد وما يزيد عن 858.000 إجراء كشط جلد محلي في العام 2003.

أبلغت الجمعية الأميركية للجراحة الجلدية في العام 2003 أن التقشير الكيميائي كان من أكثر علاجات تصحيح سطح الجلد الرائجة وقد استحوذ على 41% من كل علاجات تصحيح سطح الجلد.

90. ما هو تصحيح سطح الجلد بواسطة الليزر؟

إن تصحيح سطح الجلد بواسطة الليزر هو إجراء يستعمل تقنية الليزر لاستئصال الطبقات الخارجية من الجلد. إن الوقت يغير أيضاً الكولاجين في البشرة المتاخمة الباقية. إن أشعة الليزر التي تستأصل، تكوّن شعاعاً مباشراً من الضوء ينتقل عبر الوجه ويدمر بعض الخلايا. إن هذا يسمح بتوليد الخلايا الجديدة ويعطي مظهراً أنعش وأنعم للبشرة.

إن استعمال أشعة الليزر للاستئصال، حسب الأعماق المتحكم بها، يحسن من حالة العديد من الأسطح الجلدية:

- يمحو الخطوط الدقيقة على سطح الجلد.
- ينعّم التجاعيد العميقة ومنحنيات الوجه.
- يقلّل اللون غير المنتظم والبقع البنية اللون.
- يحسّن من الجلد غير المتساوي والمبقع.
- يحسّن من الجلد غير المتساوي والذي فيه ندوب.
- يشد الجلد الرقيق الذي فقد مطاطيته بما فيه جلد جفن العين السفلي.

هل يغطيك التأمين؟

تغطي شركات التأمين في بعض الأحيان عمليات تصحيح سطح الجلد بواسطة الليزر وذلك في حالة تنفيذها لمعالجة قروح الجلد التي من الممكن أن تصبح سرطانية في المستقبل.

المرشحون الجيدون

إن المرشحين الجيدين لتصحيح سطح الجلد بواسطة الليزر هم الأشخاص الأصحاء الذين لديهم أهدافاً واقعية ولديهم الوقت ليستثمرونه في الإنعاش الصحيح من إجراء تصحيح سطح الجلد. أيضاً يتوجب على الذين لديهم أمراض جلدية ناشطة مثل حب الشباب معالجة هذه الحالات قبل الخضوع إلى تصحيح سطح الجلد. قد لا تناسب بعض أنواع إجراءات تصحيح سطح الجلد البشرات الداكنة.

كيف يتم التصحيح؟

يمكن أن ينفذ علاج تصحيح الجلد بواسطة الليزر في مرفق طبي في عيادة خارجية أو في غرفة فحص الطبيب عند معالجة أقسام صغيرة من الوجه. قد تحتاجين إلى تخدير موضعي مع مسكن أو من دونه، وهذا يعتمد على قوة الإجراء. عند تنفيذ تصحيح سطح الجلد بواسطة الليزر مع عمليات جراحية أخرى، قد تحتاجين إلى تخدير عام. يجب تنظيف المناطق التي ستتم معالجتها بواسطة مطهر وسوف تتم حماية العينين.





الرسم 15. تصحيح سطح الجلد قبل وبعد. إن هذا الرسم هو عمل رسام ولا يمثل النتيجة الفعلية للمريض. قد تختلف النتائج المنفردة. مقدم بإذن من الجمعية الأميركية لجراحي التجميل ®. كل الحقوق محفوظة. تعلمي أكثر على الموقع *www.plasticsurgery.org*.

يقوم طبيبك بواسطة حركات متحكم بها من الليزر على سطح الجلد باستئصال أو تدمير طبقات الجلد ليصل إلى العمق المطلوب من باطن الجلد الذي تحت البشرة. عند الانتهاء من الإجراء، يغطى الجلد بمرهم خاص وقد يغطى بضمادات بعد ذلك.

ما عليك توقعه

قد تتورمين قليلاً بعد علاج تصحيح سطح الجلد بواسطة الليزر وقد يحمر الجلد ويكون غير ملتئم وقد تشعرين بالحكاك. عند التقدم في مسار الشفاء، قد يتشكل لديك قشور. عليك العناية برفق خلال التنظيف واتباع كل تعليمات العناية التي تلي الجراحة التي يوجهها طبيبك. إن إزالة القشرة أو نزعها مبكراً قد يتسبب بندوب أو تغيير قوي في اللون. قد تجدين خلال فترة الشفاء أن لون الجلد أصبح زهرياً وحساساً جداً. من الضروري وقاية الجلد في كل الأوقات من أشعة الشمس والرياح وأي نوع من الإثارة.

خلال أسبوعين أو ثلاثة سوف تظهر النتائج: جلد ناعم ذو ملمس أفضل ولون متجانس. على أي حال قد يستغرق الجلد عدة أسابيع أو أشهر أخرى للعودة كلياً إلى لونه الطبيعي واختفاء كل الاحمرار.

ما تحتاجين إلى معرفته

من الممكن حصول حروق خطرة والتهابات وندوب وتغيير أغمق أو أفتح في لون الجلد. إذا أصبح لديك طفح جلدي أو حب الشباب يجب إبلاغ الطبيب فقد يحتاج الأمر تغيير نوع العلاجات الموضعية. تتدنى مخاطر علاج تصحيح سطح الجلد عند تنفيذه من قبل جراح تجميل أو جراح تجميل وجه أو طبيب جلد معتمد من قبل المجلس وأيضاً عند تنفيذ العناية الصحيحة التي تلي علاج تصحيح سطح الجلد.

التزاماتك

إن اتباع كل التعليمات التي تلي الجراحة بما فيها العناية الصحيحة بالجروح والوقاية من الشمس أمر ضروري جداً للحصول على نتائج جيدة. إن العناية المستمرة بالجلد والوقاية من الشمس ضروريتان للمحافظة على النتائج خلال تقدم جلدك الطبيعي في السن.

ما الذي سوف ترينه وتشعرين به؟

عند تنفيذ علاج تصحيح سطح الجلد بواسطة الليزر لتحسين الندوب، فإن النتائج تكون دائمة طالما تكون الحالة التي تسببت بالندوب تحت السيطرة، مثل حب الشباب. لكن قد تحتاجين إلى عدة علاجات ولن تتم إزالة الندوب نهائياً. قد تحتوي النتائج على ظلال أقل وعدم انتظام أقل في سطح الجلد.

عند تنفيذ علاج تصحيح سطح الجلد بواسطة الليزر لتصحيح اضطرابات لون الجلد فإن العلاج قد يثمر عن نتائج دائمة. لكن قد تظهر البقع البنية مرة أخرى.

أبلغت الجمعية الأميركية لجراحي التجميل عن إجراء 181.000 علاج تصحيح سطح الجلد بواسطة الليزر في العام 2003.

يجب تحاشي التعرض للشمس للمحافظة على النتائج. عند استعمال العلاج لتحسين التجاعيد أو تحسين الجلد المتدلي الرخو، تكون النتائج أيضاً دائمة لكن جلدك سوف يستمر بالتقدم في السن بشكل طبيعي.

91. هل هنالك استعمالات أخرى لليزر في الجراحة التجميلية؟

بالإضافة إلى علاج تصحيح سطح الجلد بواسطة الليزر للاستئصال هنالك أنواع من علاجات الليزر التي لا تستأصل وهي تستعمل في الجراحة التجميلية لتغيير طبيعة الجلد. يكون لدى هذا النوع من الليزر مصدر ضوء مصمم لاختراق الجلد دون إزالة الجلد أو أذيته. يغير مصدر الضوء طبيعة الجلد. وكل مصدر ضوء أو نوع ضوء يهدف إلى معالجة حالات معينة.

تستعمل علاجات الليزر غير الاستئصالية في أكثر الأحيان للتالي:

- تجديد شباب الجلد وتحسين طبيعته ومطاطيته.
- تصحيح مشاكل اللون.
- تصحيح المشاكل المتعلقة بالأوعية الدموية مثل الأوردة الدموية غير المنتظمة وتضرر الشرايين مثل الهيمانجيوما (علامات الجمال الصغيرة الممتلئة بالدم) أو الوحمات.
- معالجة تشوّهات الجلد مثل حب الشباب.

- إزالة الشعر الدائمة.
- إزالة الوشم.

لقد أصبح الوشم لسوء الحظ موضة سائدة والموضة تتغير بسرعة. إن أحدث وسائل إزالة الأوشام ينتج عنها إما ندوب أو تلوين غير منتظم للجلد لكن الأوشام ليست كلها بهدف الموضة أو ليست كلها طوعية. إن الوشم الصدمي هو حيث يحدث تغيير في لون الجلد عندما تتجمع ذرات الأدمة تحت الجلد خلال صدمة ما مثل الكشط القوي على إسمنت وسخ. إن إزالة هذه العلامات أيضاً قد تكون صعبة جداً. إن الوشم في بعض التقاليد هو طقس من الطقوس عند الانتقال إلى مرحلة الشباب وقد يتم وشم الأولاد في بعض الأحيان دون موافقتهم. أما في تراثنا المدني فإن الوشم يمكن أن يدل على الانتماء إلى عصابة ما وبمجرد رؤية الوشم على عضو سابق في العصابة فإن هذا قد يتسبب بخطر على حياته قد يرافقه إلى الأبد.

أبلغت الجمعية الأميركية للجراحة الجلدية أنه تم تنفيذ 9% من 900.000 إجراء بواسطة الليزر لإزالة الأوشام من قبل أعضائها في العام 2003.

يمكن استعمال السكليروثيرابي أو علاج التيبس للشرايين المرئية (شرايين العقرب) على الأرجل. إنه علاج حقن يحجب الشرايين المزعجة وبذلك لن تظهر الشرايين على سطح الجلد. قد يحدث تقرح وبقع بنية على الجلد. سوف تظهر النتائج خلال أسبوع أو 10 أيام بعد العلاج. من المهم أن نعلم أن شرايين الأرجل قد تكون مؤشراً إلى وجود حالة صحية كامنة ولذلك عليك استشارة أخصائي بالأوعية الدموية قبل معالجة الشرايين التي تكون أكبر من شرايين العقرب في الأرجل.

هل يغطيك التأمين؟

تتوفر تغطية التأمين لعلاجات بعض الوحمات وحب الشباب. عليك دائماً التأكد من شركة التأمين.

المرشحون الجيدون

إن المرشحين الجيدين للعلاجات غير الاستئصالية التي تعتمد على الضوء هم

الأشخاص الأصحاء والذين لديهم أهداف واقعية ويتمتعون بالصبر للخضوع إلى دورات علاجات متعددة لتحقيق أهدافهم. إن الأشخاص الذين لديهم حساسية جلدية عليهم مصارحة ومناقشة حالتهم مع الطبيب قبل الخضوع لأي نوع من العلاج بالليزر. أيضاً قد لا تناسب بعض أنواع العلاجات غير الاستئصالية التي تعتمد على الضوء الأشخاص ذوي اللون الداكن.

كيف تتم العملية؟

إن إجراءات الليزر المنفردة تختلف في العلاج الفعلي. يتم بشكل عام تنظيف الجلد ويتم وضع جل تبريد أو تخدير موضعي لإراحتك وستتم حماية عينيك. تكون المناطق التي ستعالج هي المناطق المعرضة لمصدر الضوء الصادر من الليزر فقط.

إن علاجات الليزر غير الاستئصالية بشكل عام تولد التالي:

- عند علاج تغيير اللون، قد تغمق أو تقشر المناطق التي تمت معالجتها مباشرة بعد الإجراء. خلال الأيام التالية قد تتساقط القشرة تاركة خلفها جلداً زهرياً جديداً. تحتاجين عندها إلى معالجة الجلد بجل تفتيح لمنع حدوث تغيير اللون من جديد.
- إن علاج حالات الأوعية الدموية مثل شرايين العقرب تقلص الأوعية التي ساهمت في هذه المشاكل. قد تجدين في بادئ الأمر خطوطاً بلون أحمر داكن أو أرجواني. سوف يفتح لون هذه المناطق تدريجياً. قد يلزم الأمر علاجات متكررة.
- عند استعمال العلاج لتجديد الشباب فإن علاج الليزر غير الاستئصالي يحفز توليد الكولاجين في عمق الجلد. قد يبدو الجلد بعد الأشهر القليلة الأولى التي تلي العلاج مشدوداً أكثر. قد يلزم الأمر علاجات متكررة.
- إن علاج حب الشباب بواسطة علاج الليزر غير الاستئصالي يدمّر البكتيريا المسببة لحب الشباب تحت الجلد. ومع مرور الأيام التي تلي العلاج، سوف تصغر البثور أو تتقلص وتخف كثيراً إمكانية تكوّن البثور من جديد.

- تتم إزالة الشعر عندما يصل مصدر الضوء من الليزر إلى كيس الشعر ويغلقه. لكن بما أن الشعر ينمو خلال دورات، فقد يستغرق العلاج دورات متعددة لتحقيق النتائج المرغوبة.
- تتطلب إزالة الأوشام دورات عديدة لكسر اللون تحت الجلد كي يتم امتصاصه أو تقشيره بشكل طبيعي. إن كل إجراءات إزالة أي نوع من الوشم تترك إما نوعاً من الندوب أو لوناً غير منتظم. ومن المستغرب أن أنواع الجلد الفاتح اللون الذي يكون عليه وشم داكن هو النوع الذي يحصل على أفضل نتائج بعد إزالة الوشم. إن الجلد الفاتح لا تظهر عليه آثار بيضاء اللون من علاج الليزر.

ما تحتاجين إلى معرفته

بما أن الضوء يصدر حرارة فقد تحصل بعض الحروق الخفيفة السطحية لبعض الأشخاص من علاج الليزر غير الاستئصالي. بالإضافة إلى ذلك، لا يمكن توقع النتائج بشكل كامل فالعديد من الأشخاص يتفاعلون بشكل مختلف مع العلاج. عند معالجة تشوهات اللون فهنالك خطر كامن بأن تسوء حالة اللون عوضاً عن أن تحسنه. هنالك أيضاً خطر الابيضاض. إن التقييم الشامل لحالتك من قبل الشخص المنفذ المؤهل هو ضروري لتحقيق أهدافك. إن علاج الليزر غير الاستئصالي لتجديد الشباب لا يعطي نتائج مباشرة بشكل عام. والحقيقة أن الأمر الوحيد الذي قد تواجهينه مباشرة بعد العلاج هو إحساس خفيف بالوخز أو احمرار شبيه بحروق الشمس.

أبلغت الجمعية الأميركية للجراحة الجلدية عن تنفيذ حوالي 730.000 علاج ليزر أو ضوء من قبل أعضائها في مكاتبهم خلال العام 2003.

92. هل هنالك ما يجب معرفته حول شروط السلامة خلال استعمال الليزر؟

إن المعدات الطبية مثل أجهزة الليزر أو الأجهزة الضوئية تكون منظمة من قبل إدارة الأغذية والأدوية الأميركية. لكن مستعملي هذه الأجهزة الطبية لا يكونون منضبطين. إن أي طبيب مرخص يستطيع شراء أو استئجار جهاز ليزر وتنفيذ

علاج تصحيح سطح الجلد أو أي إجراءات أخرى. إن نجاح وأمان العلاج يعتمدان على اختيار الشخص المؤهل المناسب الذي لديه الخبرة الكافية في استعمال أجهزة الليزر. يجب تنفيذ علاج الليزر غير الاستئصالي (العلاج الذي يزيل طبقات من الجلد) من قبل جراح تجميل أو جراح تجميل وجه أو طبيب جلد معتمد من قبل المجلس فقط. إن الخبراء الطبيين المختصين والمدربين والمرخصين هم الذين يستطيعون تنفيذ إجراءات الليزر الاستئصالية في مكاتبهم. على أي حال ولسلامتك، يجب وجود طبيب معتمد من قبل المجلس في المكان أو المرفق الذي تتم فيه معالجتك.

يجب أن لا يجرح العلاج الضوئي غير الاستئصالي سطح الجلد؛ لكن الحروق هي من المخاطر المرافقة للعلاج. لذلك من الأفضل تنفيذ هذه العلاجات غير الاستئصالية من قبل جراح تجميل أو جراح تجميل وجه أو طبيب جلد معتمد من قبل المجلس. إن الممرضات أو مساعدات الأطباء المدربات بشكل صحيح قد يكنّ من الأشخاص المؤهلين لتنفيذ العلاجات الضوئية وعلاجات IPL، لكن لسلامتك، يجب تواجد أحد الأطباء المذكورين أعلاه في المقدمة في موقع المكتب الذي تخضعين فيه للعلاج.

93. ما هي علاجات الموجات الإشعاعية؟

قامت الإدارة FDA مع الوقت بفحص والموافقة على العديد من الأجهزة الجديدة لتجديد شباب الجلد. إن علاجات الليزر غير الاستئصالية وعلاجات الموجات الإشعاعية هي من بين الأجهزة الحالية التي يتم فحصها وتسويقها. وافقت الإدارة FDA في العام 2002 على الجهاز Thermacool وهو جهاز بالموجات الإشعاعية لمعالجة التجاعيد حول العينين يرفع ويشد الجلد المتدلي. لقد تمّ أيضاً استعمال الجهاز Thermacool على مناطق أخرى من الوجه بما في ذلك مناطق الحاجب وما بين الأنف والفم. إن الترددات الإشعاعية لا تتفاعل مع اللون بالطريقة التي تتفاعل فيها علاجات الليزر. لذلك فإن مرشحي هذه العلاجات ليسوا محصورين بالأشخاص الذين لديهم جلد فاتح.

تختلف نسب التحسن التي يراها المرضى الذين تتم معالجتهم بواسطة علاجات الموجات الإشعاعية بالمقارنة مع علاجات الليزر غير الاستئصالية. إن

كمية الشد أو الرفع تقاس بالمليمترات ويمكن رؤيتها بعد مرور عدة أشهر وبعـد تنفيذ إجراءات عديدة. أيضاً، إن العلاج بواسطة الموجـات الإشـعاعية يمكـن أن يكون مزعجاً جداً.

إذا كنت تفكرين بالخضوع للعلاج بواسـطة التـرددات الإشـعاعية لتجديـد الشباب، عليك معرفة أن أي شخص يضع جهاز ضبط ضربات القلـب لا يمكنـه الخضوع لهذا العلاج. إن النتائج أيضاً ليست بوضوح نتـائج إجـراءات تصـحيح سطح الجلد وتكون العلاجات مكلفة. عليك معرفة الخيارات قبل اتخاذ القرار.

إن الجهاز Thermacool مثل أي جهاز طبي يكون موافقاً عليه من قبل الإدارة FDA، لكن لا يمكن ضبط مستعملي هذا الجهاز. لذلك، إذا رغبت أو كنت تفكـرين بالتعلم حول إجراءات الترددات الإشعاعية، استشيري فقط جراح تجميل أو جـراح تجميل وجه أو طبيب جلد معتمد من قبل المجلس والذي خضع للتدريب المناسـب على هذا العلاج.

القسم الثاني عشر

الشفاء والنتائج

ما هي المضاعفات الكامنة للجراحة التجميلية؟

هل يمكن التحكم بالألم؟

هل يمكن تغطية آثار الجراحة التجميلية؟

هل يمكن تكرار العمليات؟

وأكثر...

إن كل علاج طبي يشمل ثلاثة متغيرات معينة جداً: الشفاء والمخاطر والنتائج.

لقد ناقشنا في القسم 5 المخاطر الإجمالية ولقد حددنا أيضاً بعد شرح كل عملية أو إجراء المضاعفات والمخاطر الممكنة في كل سؤال إجرائي في هذا الكتاب. وبعد مناقشة طرق الشفاء ونتائج كل إجراء، هنالك المزيد مما يجب معرفته.

إن الشفاء يشمل التغيرات الجسدية والنفسية معاً. إن الإبلال الجسدي يمكن أن يكون بسيطاً ببساطة تأثير الحقنة على الجسد. وبشكل بديل، قد يتطلب الشفاء فترة نقاهة قد تدوم أشهراً. وخلال المراحل المختلفة من الإبلال الجسدي سوف تتغير مشاعرك حول قرارك بالخضوع للجراحة التجميلية.

إن النتائج هي أكثر من مجرد نتائج جسدية بعد جراحة، فهي تشمل مستوى الإرضاء. قد تشمل النتائج أيضاً التأثيرات التي تتسبب فيها الجراحة التجميلية على علاقتك مع الآخرين وعلى حياتك بشكل عام.

94. لماذا تعتمد دائماً المضاعفات والشفاء والنتائج على كثير من المتغيرات؟

إن كل شخص يتفاعل بشكل مختلف تجاه علاج معين، ولا يتم تنفيذ عمليات مماثلة على كل المرضى.

يتم تحديد المخاطر والمضاعفات في هذا الكتاب بمصطلحات عامة. قد تواجهين القليل منها أو ربما قد لا تواجهين أياً منها. على أي حال قد تواجهين أيضاً مضاعفات خطيرة ليست مدرجة في هذا الكتاب. إن فرصة حدوث أي من المضاعفات لديك يعتمد على حالتك الصحية وعلى الشخص المنفذ لعلاجك وكيفية تنفيذك لالتزاماتك. يجب أن تعلمي أن الطب ليس بالعلم المحدد، فالظروف غير المتوقعة قد تحصل في أي شكل من أشكال العلاج الطبي وليس فقط خلال الجراحة التجميلية.

وللسبب نفسه، لا يمكن أن نكون دقيقين حول مراحل الشفاء وحول النتائج النهائية إذ أنه لا تنفذ عملية ما بالطريقة نفسها تماماً على أشخاص مختلفين لأن

هيكل أجسامهم ودرجة تشوههم تختلف. وبشكل مماثل، فإن الأشخاص يختلفون بمعدل شفائهم لأن نظام إعادة البناء في أجسادهم يختلف. لكن الاستعداد النفسي يلعب دوراً مهماً في عملية الشفاء والإنعاش وفي التأقلم مع النتائج الجسدية.

قد تتساءلين حول القرار الذي اتخذته بالخضوع للجراحة التجميلية خلال الأيام الأولى من الشفاء بعد إجراء عملية واسعة. لكن بعد عدة أسابيع وخلال التقدم في الشفاء سوف تبدئين بتغيير رأيك، وعند تحقيق أهدافك، قد تنسين النواحي السلبية من هذه التجربة وتبدئين بالاستمتاع بالنتائج.

95. هل يمكن التحكم بالألم؟

عليك تقبل حقيقة وجود بعض الانزعاج. إن إدارة الألم هي جزء مهم من الجراحة التجميلية فعلى جراح التجميل الخاص بك أن يصارحك حول الألم الذي قد تشعرين به مناقشة الوسائل المتعددة للتحكم بهذا الألم. عليك الإفصاح عن قدرتك على تحمل الألم والحد الأقصى الممكن أن تتحمليه مباشرة مع جراح التجميل الخاص بك. هنالك العديد من الأدوية الممكن شراؤها عن الرف لتخفيف الألم لكن قد يتسبب بعضها بالغثيان بعد الجراحة وقد تتطلب الحاجة إلى تعديلها. من المهم أيضاً أن تحيطي نفسك بالأشياء والأشخاص الذين يريحونك. يجب أن تضعي نفسك في مكان هادئ وضعي جانباً أي شيء (أو شخص) يسبب لك الضغط.

لقد قلنا في الشرح الإجرائي أنه يجب أن يكون إلى جانبك صديق راشد أو فرد من العائلة أو ممرضة للعناية بك بعد العملية. إن هذا الشخص يجب أن لا يهتم فقط بسلامتك بل أيضاً بدعم القرار الذي اتخذته للخضوع للعملية وأن يكون مستعداً لحضنك بالطريقة التي تجعلك مرتاحة. قد ترغبين أو لا ترغبين بوجود شخص يناقشك حول تعديل وضعية الوسادات أو تغيير الضمادات أو تحضير شراب الحليب البارد. لكن يجب أن يكون هنالك شخص لمساعدتك ومراقبتك إذا كانت هذه تعليمات طبيبك.

ملاحظة تنبيه: إذا لم تتحكم الأدوية ووسائل إدارة الألم بالألم الذي تشعرين به، أو إذا شعرت بألم جديد مفاجئ، راجعي جراح التجميل الخاص بك.

96. كيف يمكن تغطية آثار الجراحة التجميلية التي أجريتها؟

عمليات الوجه

إن استعمال نظارات الشمس الكبيرة والشالات ذات التصميم الجميل أو حتى قبعة قد يكون وسيلة جيدة للتمويه في الأيام الأولى التي تلي أي جراحة وجه تجميلية. هنالك مستحضرات تجميل خاصة جداً لتغطية الكدمات والتغيير في اللون في الأيام التالية. قد يعطيك جراح التجميل الخاص بك مستحضرات تجميل للتغطية أو قد ترغبين بالذهاب إلى محل مستحضرات تجميل في مخزن أو صالون تجميل. من المفيد تجربة مستحضرات التجميل هذه قبل الجراحة. لكن يجب عدم وضع مستحضرات التجميل على الجروح المفتوحة بعد الجراحة.

عمليات الثديين

إن أسهل طريقة لتمويه عمليات الثدي هي ارتداء بلوزة أو قميص بأزرار أو بسحابة أمامية وبذلك لن تضطري إلى خلعها من الرأس خلال الأيام القليلة الأولى التي تلي الجراحة. إن القميص، وحتى الضيق منه، سوف يغطي وبسهولة صدرية الدعم أو أي تورم. يمكنك شراء حمالات الدعم هذه بطرازات مختلفة ووضعها جانبا لاستعمالها بعد العملية. إن الحمالات القطنية تكون مريحة أكثر خلال فترة الشفاء. تأكدي من عدم شراء حمالات أو ملابس تحتية داعمة ذات أسلاك داعمة إلى أن يسمح لك بارتدائها. عندما تصبحين جاهزة لارتداء ملابس السباحة، فان ملابس السباحة من النوع الرياضي أو تلك التي يكون بداخلها صدرية تكون مريحة كثيراً وتمنحك تغطية أكبر.

عمليات محيط شكل الجسم

يمكن تمويه أي عملية لتصحيح محيط شكل الجسم بسهولة بارتداء الملابس الواسعة. إذا كنت ستخضعين لعملية تصغر من قياس جسمك كثيرا، عليك التسوق وشراء ملابس بقياسات مختلفة قبل العملية فقط تأكدي من إمكانية استبدال الملابس التي لم ترتديها.

97. هل يمكنني الخضوع لأكثر من عملية في وقت واحد؟

يمكن إجراء عدة عمليات في وقت واحد لكن يجب اتخاذ بعض التدابير الوقائية. إن الخضوع لعدة عمليات في وقت واحد يزيد كثيراً من مدة العملية

والتخدير. إن العمليات التي تستغرق أكثر من ست ساعات يزداد فيها خطر الالتهاب وانسداد الأوعية الدموية ويجب إجراؤها في المستشفى أو في مرفق مرخص والبقاء ليلة للعناية. أيضاً يجب عدم تنفيذ عملية شفط الدهون بكميات كبيرة مع أي عمليات أخرى كبيرة لا تتعلق بالشفط. إن هذا الائتلاف قد يزيد من خطر المضاعفات التي تهدد حياتك. إن بعض ائتلافات العمليات تسير جيداً ولكن غيرها لا. يجب مناقشة الخيارات البديلة جيداً مع جراح التجميل الخاص بك وبعض الخطط الاستراتيجية لتحقيق أهدافك.

98. ما هي العمليات الممكن تنفيذها سوياً؟

إن العمليات الممكن تنفيذها سويا هي تلك العمليات التي لا:

- تتطلب وضعيات متعددة أو تغيير الضمادات خلال الجراحة.
- ينتج عنها فقدان كمية كبيرة من الدم.
- يكون فيها إمكانية تلوث المناطق التي يجب أن تبقى معقمة.
- تتطلب فترات طويلة جداً من الوقت.

أما العمليات المتممة (التي يمكن تنفيذها سوياً) فهي تشمل:

- الإجراءات التوسعية الأدنى الممكن تنفيذها بأمان مع بعضها بعضاً أو مع عمليات توسعية معينة.
- العمليات التي تكون ضمن المكان التشريحي للجسم نفسه؛ مثلاً يمكن تنفيذ عملية شد الوجه مع رفع الحاجبين وجراحة جفن العين وغرس الوجه.
- العمليات في أماكن مختلفة (مثلاً الثدي وجفن العين) حيث لا تدعو الحاجة إلى تغيير الوضعية ومدة العمليات ليست طويلة.
- ائتلافات عمليات أخرى تحددينها أنت مع جراحك.

إذا رغبت بالخضوع إلى عدة عمليات سوياً، عليك مناقشة كل رغباتك مع جراح التجميل الخاص بك. اتخذي بعد ذلك قرارك بناءً على حسنات وسيئات إجراء هذه العمليات سوياً.

99. هل يمكن تكرار العمليات؟

نحن نعلم أن المرضى يمكن أن يخضعوا لجراحات تصحيحية عند حدوث مشاكل طفيفة مثل ندوب سميكة أو عدم تناسق خفيف. لكن الجسم البشري يستمر بالتقدم في السن ولذلك، وبعد فترة من الوقت، تحصل تغييرات في الجسم والوجه مما يؤكد حصول عمليات إضافية للحصول على شكل جسم شبابي. إن تجديد الشباب مثلاً سوف يصغرك حوالي 10 سنوات لكن بعد مرور 8 أو 10 سنوات على الجراحة، سوف ترين علامات شيخوخة جديدة تضمن خضوعك لجراحة أخرى. إن الخضوع لجراحة أخرى في هذا الوقت يساعد كثيراً على المحافظة على مظهر شبابي وناعم. إنها فكرة جيدة لك كي تعرفي الخيارات طويلة الأمد للمحافظة على النتائج قبل البدء بالعلاج.

حسب الجمعية الأميركية لجراحي التجميل فإن 32% من كل مرضى جراحات التجميل خضعوا لعدة عمليات في جلسة واحدة في العام 2003.

100. ماذا إذا لم أرض بنتيجة الجراحة التجميلية؟

إذا لم ترض بنتيجة الجراحة التجميلية عليك أولاً مناقشة هذا الأمر مع جراح التجميل الذي نفذ لك العملية. تشمل الأسئلة التي يجب أن تسأليها لنفسك وللجراح:

- لماذا أنا غير راضية؟
- هل هذه النتيجة نهائية، أو هل ستتحسن النتائج مع الوقت؟
- ما كانت توقعاتي تماماً للنتيجة النهائية وكيف تمت ملاقاة هذه التوقعات؟
- هل عدم رضائي بالنتائج النهائية كان أمراً أتوقع حدوثه ووافقت عليه أو هو أمر لم أتوقعه بتاتاً؟
- ما الذي يمكن فعله لمساعدتي على تحقيق ما أملت بتحقيقه من نتائج؟

إذا شعرت بأنك لا تحصلين على أجوبة تريحك ورغبت بنصائح إضافية، عليك القيام بذلك. استشيري شخصاً منفذاً آخر وركّزي على الأسئلة أعلاه. لكن لا تتوقعي من هذا الشخص أن يقول لك إن ما حصل كان خطأ. إن الطبيب يستطيع

فقط إبلاغك بما يمكن القيام به لمساعدتك على تحقيق أهدافك، إذا كانت هذه الأهداف قابلة للتحقيق.

أبلغت الجمعية الأميركية للجراحة التجميلية في إحصاءاتها الإجرائية في العام 2003 عن زيادة 293% في العدد الإجمالي للجراحات التجميلية منذ العام 1997. وقد وجدت دراسة مستقلة أجريت من قبل Synorate وأبلغت عنها الجمعية ASAPS في العام 2003 أن 54% من كل الشعب الأميركي يوافق على الجراحة التجميلية وأن 24% منهم يفكرون بالخضوع لها. إن هذه المعطيات تبيّن رغبة حقيقية في الجراحة التجميلية لكن سلامة وإرضاء المريض يتحققان تحت عناية الشخص المنفذ المؤهل فقط.

كلمة أخيرة

المستقبل، مستقبلك

ماذا يحمل مستقبل الجراحة التجميلية؟ إن مستقبل الجراحة التجميلية مثل أي مجال طبي يحمل تقدماً في العناية والسلامة والنتائج. لكن مثل أي صناعة استهلاكية، فإن مستقبل الجراحة التجميلية يحمل تطورات لملاقاة متطلبات المستهلك. إن هذه المتطلبات اليوم تركز على النتائج الطبيعية، والطويلة الأمد مع فترة شفاء أقل.

المستقبل

إن تقنيات وتكنولوجيا ومنتجات جراحة التجميل هي في طور التقدم المستمر لتحقيق أفضل النتائج التجميلية المرضية. إن الهدف، في الوقت نفسه، هو إنشاء مظهر طبيعي حيث يتواجد توازن أو "تناغم" ما بين المكونات المختلفة للوجه أو بين الوجه والجسم.

ومع ورود المنتجات والتقنيات الجديدة التي تشمل مواد مثل البوتوكس وحشوات الأنسجة الناعمة المحقونة للتكبير وليزر التبريد، أصبح المرضى يفضلون الإجراءات التوسعية الدنيا في سن مبكرة. أيضاً، وعندما تلزم الجراحة للحصول على نتيجة مرغوب بها، فإن ائتلاف الجراحة مع الإجراءات التوسعية الدنيا يساعد على تحقيق التوازن والمحافظة على النتائج لفترات طويلة.

إن إجراءات تجديد الشباب التوسعية الدنيا هي مطلوبة كثيراً. هنالك في الولايات المتحدة، وفي الوقت الحالي، القليل من حشوات الأنسجة الناعمة الموافق عليها من قبل إدارة الأغذية والأدوية وهنالك البعض القليل قيد الموافقة والكثير منها يستعمل بشكل عام. إن هذا حصل بعد عشرين سنة من تقديم مادة الكولاجين بوفين إلى الأسواق. هنالك في أوروبا وآسيا ما يزيد عن 60 نوعاً من الحشوات

الموافق عليها في الأسواق وتحاول شركات الصيدلة في العالم بنشاط تطوير وفحص وتسويق منتجات أفضل.

إن تقنيات تحسين محيط شكل الجسم وشفط الدهون هي أيضاً مستمرة بالتوسع والتحسن. أما جراحة الثدي فهي تتغير دائماً؛ إن البحث عن غرسات ثدي آمنة وطبيعية هو مشروع عالمي ومستمر يهدف إلى ملاقاة الطلب الكبير على تكبير وإعادة بناء الثدي.

تمّ تقديم غرسات الثدي المصنوعة من السليكون مرة أخرى للموافقة عليها من قبل الإدارة FDA الأميركية لاستعمالها في تكبير الثدي في العام 2003 بعد مرور عشر سنوات على سحبها من أسواق تكبير الثدي. إن سبب إصرار المصنعين والعديد من جراحي التجميل هو أنهم، مع العديد من المرضى، يعتقدون بأن الغرسات المملوءة بالسليكون لها ملمس ومظهر طبيعي أكثر من غرسات الثدي المملوءة بالمحلول المالح.

لكن السليكون ليس غرسة الثدي الوحيدة التي قد تسمعين عنها في المستقبل. إن المصنعين وجراحي التجميل يختبرون كل أنواع حشوات غرسات الثدي الجديدة. وحتى وقت إصدار هذا الكتاب، فإن نفس الأشخاص الذين قدموا وفحصوا غرسات الثدي من نوع Triluscent في العام 1996، قد حصلوا مؤخراً على براءة اختراع غرسة للثدي مصنوعة من مادة البوليثايلين غليكول (PEG) والمحلول المالح وقد تقدموا بطلب من الإدارة FDA الأميركية للبدء باستعمالها في محاولات عيادية. قد يكون هنالك أيضاً ائتلافات أخرى قيد الدرس أو قيد التطوير حالياً.

مع تقدم تقنيات جراحة الجسم والوجه، يمكن استعمال ائتلافات متعددة من العمليات لتشكيل رزمة كاملة مرضية. لكن المحافظة على النتائج الجيدة تعتمد كثيراً على قدر كبير من العناية الطبية الحديثة والعناية بالأسنان والعناية الجيدة بالجلد وحمية صحية وبرنامج تمارين جسدية.

من المهم جداً معرفة أكبر كمية ممكنة من المعلومات حول مؤهلات وشهادات الشخص المنفذ وحول المرفق الذي ستنفذين فيه العملية. إن هذه الصناعة هي صناعة "المشتري الحذر". لا يمكنك "ترجيع" ما اشتريته بواسطة الجراحة التجميلية مثلما ترجعين ثوباً أو حذاءً لم يناسبك. عليك أولاً الاستعلام عن عدد من

أسماء الأطباء والتقنيات والجراحين (بمن فيهم غير المؤهلين) الذين يسوقون ويروجون لإجراءات شد الوجه التوسعية الأدنى التي تنفذ خلال فترة قصيرة "وقت الغداء". إن هذه الإجراءات تدّعي دائماً أن نتائجها مماثلة للعمليات التقليدية لكنها تنفذ خلال وقت أقل وخطر أقل وفترة إنعاش سريعة من دون ألم. ومع أن هذه الإجراءات توفّر بعض التحسينات، فهنالك خطر يرافق الجراحة إضافة إلى وقت للإنعاش. ومن المعروف أنها لا تدوم لفترة أطول من شد الوجه بتقنية SMAS. إن الأشخاص المنفذين لهذه الإجراءات يطلقون هذه الادعاءات ويسوقون تقنياتهم كي يلجأ إليها المستهلك. يسمح لهم بالقيام بذلك على الرغم من عدم التثبت من هذه الإجراءات لأنه لم تتم الموافقة عليها ولم تتم مراجعة التقنيات من قبل الإدارة FDA أو أي وكالة حكومية أخرى. بالإضافة إلى ذلك، لا يوجد حتى الآن برهان على أن هذه الإجراءات قد لاقت المعايير القياسية للسلامة أو النتائج.

إن طلبات المستهلك وخيارات العلاجات سوف تستمر بالنمو وكذلك اختيار منفذي العلاج. إن أي طبيب مجاز، وحتى هؤلاء الذين لم يخضعوا لتدريب جراحي يمكنهم التسويق لأنفسهم كجراحي "تجميل". إن الحكومة لا تتدخل هنا لأن هذه المصطلحات تعتبر "عامة".

لكن بعض هذه الأفعال قد جلب انتباه المستهلكين ومشرعي القوانين كما شرحنا في القسم 2 من هذا الكتاب. من أهم الأمور اختيار الأشخاص المنفذين المؤهلين والمناسبين والمعتمدين من قبل المجالس الأميركي للاختصاصات الطبية.

مستقبلك

إذا اخترت الخضوع للجراحة التجميلية الآن أو في المستقبل، سوف تحتاجين إلى هذا الكتاب كوسيلة لمساعدتك على تحديد رغباتك واختيار الشخص المنفذ المناسب ومع إرشادات ذلك الشخص يمكنك اتخاذ القرار المناسب لك. الجراحة التجميلية اختيارك، إنه قرارك يجب أن يكون القرار قراراً متّقفاً وأكيداً ليومك هذا ولمستقبلك. لا تتخذي قرار العلاج أو الشخص المنفذ بناءً على دعايات التسويق. يجب اختيار الشخص لتنفيذ أي عملية جراحية أو إجراء توسعي أدنى حسب مؤهلاته وخبرته في الطرق التقليدية والإجراءات التوسعية الدنيا.

وبينما نحن لا نستطيع التصريح بالأرقام عن كيفية تأثير الجراحة التجميليـــة على حياة المرضى إلا أننا نستطيع القول بثقة كبيرة أن الجراحة التجميليـــة هـــي مرضية كثيراً للمرشحين الجيدين الذين لديهم توقعات واقعية بين يديّ الأشـــخاص المؤهلين. كيف نعلم هذا؟ أنظروا إلى العدد المتزايد من عمليات الجراحة التجميلية التي تنفذ كل سنة. إن المنطق سوف يخبرك بأن هؤلاء الأشـــخاص راضـــون. إن العدد المتزايد من الأشخاص المتعلمين المثقفين والواثقين من أنفسهم لا يخضـــعون للعمليات الطبية الاختيارية – أي الجراحة التجميلية، والأهم من ذلك، الإجـــراءات التي يترافق معها إمكانية الخطر والانزعاج، إلاّ إذا كانت المنافع الكبرى منهـــا أن هذه الجراحة التجميلية على الأرجح سوف تحقق أهدافهم.

إذا كنت تفكرين بالخضوع لجراحة تجميلية، تقاربي مـــع رغباتـــك بأهـــداف واقعية وبتفكير عميق وبثقة بالنفس. إن الجراحة التجميلية لوحدها لا تستطيع تغيير ما أنت عليه أو تغيير حياتك، لكنها تستطيع تغيير شكلك الخارجي وثقتك بنفســـك. أنت فقط تستطيعين تغيير حياتك.





100 سؤال وجواب حول الجراحة التجميلية

إنه الدليل الأول من نوعه والذي يعالج تساؤلات رئيسية في موضوع الجراحات التجميلية. حيث يقدم المؤلفان حقائق مباشرة بلغة مبسطة، وجداول مفصلة، ورسوم واضحة، لتنير طريق المرضى بشكل إجابات تشمل جميع نواحي الجراحات التجميلية، بما فيها لماذا يفكر الناس بإجراء عمليات تجميل، وكيف نجد طبيب جراحة تجميلية ونقيّمه ونتواصل معه، وما النتائج الجسدية والنفسية التي يجب توقُعُها. وإنطلاقاً من المخاوف التي تصاحب العمليات ومسؤوليات الطبيب، ووصولاً إلى موضوع الجراحة الترميمية، فإن هذا الكتاب يغطي جميع المواضيع حول الجراحة التجميلية وهو ضروري لكل مهتم.

- يتناول مواضيع مهمة وسريعة التغيُر مثل: سلامة استعمال البوتوكس Botox وشرح الحقائق حولها ومدى صلاحية ومقدرة ومستوى السلامة التي يقدمها الاخصائيون.
- يوضع خطوات تنفيذ الجراحات التجميلية ويشرح تقنياتها وأخطارها والنتائج المتوقعة منها.
- يشرح القواعد التي تلتزم بها الجميعات والمراكز الرسمية لجراحي التجميل.
- يقدم رسوماً توضيحية من الجمعية الأمريكية لجراحي التجميل لتثقيف المرضى وتنويرهم.

100 QUESTIONS & ANSWERS About Plastic Surgery

إن مستوى الاهتمام بجراحات التجميل هو الآن في أقصى مستوياته. وتطالعنا يومياً عبر التلفزيون والراديو والمجلات والإنترنت برامج وقصص ومعلومات حول الجراحات التجميلية. وبعض هذه المعلومات مهم، ولكن للأسف فإن الكثير منها غير مفيد. وتُظهر الاحصاءات المستقلة حول اهتمام الناس أن الكثيرون منهم يدرسون إمكانية قيامهم بعمليات تجميلية. لذلك وبناءً على مدى الاهتمام الشعبي بهذا الموضوع وكمية المعلومات الغير دقيقة المتوفرة، ظهرت ضرورة توفير مرجع مفيد يستفيد منه المهتمون ويثقون بمعلوماته، ومن حظ القراء إصدار الدكتورين جيربر وكويشل هذا الكتاب القيّم.

– د. جيمس ويلز

رئيس الجمعية الأمريكية للجراحة التجميلية


ISBN 9953-29-412-7
9 789953 294124



www.asp.com.lb
ص. ب. 13-5574 شوران 2050-1102 بيروت – لبنان
هاتف: 785107/8 (1-961+) فاكس: 786230 (1-961+)
البريد الإلكتروني: asp@asp.com.lb